



रामनाम

गांधीजी



नवजीवन प्रकाशन मंदिर
अहमदाबाद

मुद्रक और प्रकाशक
जीवणजी डाह्याभाजी देसाजी
नवजीवन मुद्रणालय, अहमदाबाद - १४

© सर्वाधिकार नवजीवन ट्रस्टके अधीन, १९४९

पहला संस्करण १००००, १९४९
पुनर्मुद्रण १००००

प्रकाशकका निवेदन

रामनामके प्रति गाधीजीके हृदयमे श्रद्धाका बीज बोनेवाली अनुकी दाखी रभा थी। जिसका अल्लेख गाधीजीने खुद अपनी 'आत्मकथा' मे किया है। बचपनमे अनुके हृदयमे जो बीज बोया गया था, वह पौधा बनकर गाधीजीकी साधनाके बरसो दरमियान धीरे धीरे विकास करता गया। आध्यात्मिक, मानसिक और शारीरिक तीनों तरहकी कठिनाइयोमे रामनाम मनुष्यका सबसे बड़ा सहारा बनता है, ऐसी श्रद्धा गाधीजीने अपने लेखोमे बार-बार प्रकट की है। जीवनके आखिरी बरसोमे कुदरती अपचारका काम हाथमे लेनेके बाद अनु्होने कभी बार लिखा है कि रामनाम शरीरकी बीमारियोको मिटानेका रामबाण कुदरती अिलाज है।

रामनामके बारेमे गाधीजीकी जिस श्रद्धाको प्रकट करनेवाले लेखोका अंग्रेजीमे संपादन करके श्री भारतन् कुमारप्पाने जो पुस्तक तैयार की थी, उसे नवजीवन कार्यालयने प्रकाशित किया है। यह हिन्दुस्तानी संस्करण अुसीके आधार पर तैयार किया गया है।

गाधी-साहित्य और रामनामके प्रेमियोको यह संग्रह बहुत पसन्द आयेगा, ऐसे विश्वाससे ही यह प्रकाशित किया गया है।

संपादकका निवेदन

गांधीजीको बचपनसे ही दुःखमे रामनाम यानी राम या श्रीश्वरका नाम लेना सिखाया गया था। अक सत्याग्रही या अैसे व्यक्तिके नाते, जो दिनके चौबीसो घटे सत्य या श्रीश्वरमे अटल श्रद्धा रखता है, गांधीजीने यह जान लिया था कि श्रीश्वर हर तरहकी कठिनायीमे — फिर वह शारीरिक हो, मानसिक हो या आध्यात्मिक — हमेशा अुन्हे सान्त्वना और सहारा देता है। अुनकी सबसे पहली परीक्षाओमे अक ब्रह्मचर्य-पालनके सम्बन्धमे थी। गांधीजीने कहा है कि अपवित्र विचारोको रोकनेमे रामनामने अुनकी सबसे बडी मदद की। रामनामने अुन्हे अपवासोकी पीडासे पार लगाया। रामनामने ही आत्माकी सारी अकेली लडाअियोमे अुन्हे जिताया, जो राजनीतिक, सामाजिक, आर्थिक और धार्मिक क्षेत्रोके नेताके नाते अुन्हें लडनी पडी थी। लेकिन अपने-आपको श्रीश्वरके भरोसे ज्यादा-ज्यादा छोडनेके दरमियान अुनकी आखिरी खोज यह थी कि रामनाम शारीरिक रोगोका भी अिलाज है।

सत्यकी खोज करने और मानव जातिके दुःखोको कम करनेकी अुत्कट अिच्छा रखनेके कारण गांधीजीने लम्बे समयसे शुद्ध हवा, मालिश, कअी तरहके स्नानो, अपवासो, योग्य आहार, मिट्टीकी पट्टी और अैसे ही दूसरे साधनोके जरिये रोग मिटानेके सादे और सस्ते तरीके खोज निकाले थे। अुनका विश्वास था कि आज व्यापारके लिअे बडे पैमाने पर बनाअी जानेवाली और आखिरमे मनुष्य-शरीरको नुकसान पहुंचानेवाली बेशुमार दवाओके बनिस्बत अिलाजके ये तरीके कुदरत या श्रीश्वरके नियमोसे ज्यादा मेल खाते हैं।

लेकिन मनुष्य सिर्फ शरीर ही नहीं है बल्कि और भी कुछ है, अिसलिअे गांधीजीका यह पक्का विश्वास था कि मनुष्यकी बीमारियोका सिर्फ शारीरिक अिलाज ही काफी नहीं है। शरीरके साथ बीमारके मन और आत्माका भी अिलाज करनेकी जरूरत है। जब ये दोनो नीरोग

होगे, तो शरीर अपने-आप नीरोग हो जायगा। गांधीजीने देखा कि जिस ध्येयको पानेके लिये रामनाम या अुस बडे डॉक्टरमे हार्दिक श्रद्धा रखने और अुसका सहारा लेने जैसी अुपयोगी कोअी चीज नही है। गांधीजीको यकीन था कि जब मनुष्य अपने-आपको पूरी तरह अीश्वरके हाथोमे सौप देता है और भोजन, ब्यक्तिगत सफाअी तथा आम तौर पर अपने-आपको और खास तौर पर काम-क्रोध वगैरा विकारोको जीतनेके बारेमे और मानव बन्धुओके साथके अपने सम्बन्धोके बारेमे अीश्वरके नियमोका पालन करता है, तो वह रोगसे मुक्त रहता है। अैसी स्थितिको प्राप्त करनेके लिये वे खुद भी हमेशा कोशिश करते रहे। और दूसरोको वही ध्येय प्राप्त करनेमे मदद पहचानेके लिये अुन्होने अुरुळीकांचनमे अपनी आखिरी सस्था 'कुदरती अुपचार केन्द्र' कायम की थी, जहा खुद अुनके द्वारा अमलमे लाये गये कुदरती अिलाजके अलावा बीमारोको रामनामकी अुपयोगिता भी सिखाअी जाती है। यह छोटीसी पुस्तक जिस बारेमे गांधीजीके विचार और अनुभव अुन्हीके शब्दोमे पाठकोके सामने सक्षेपमे रखना चाहती है।

भारतन् कुमारप्पा

अनुक्रमणिका

प्रकाशकका निवेदन	३
संपादकका निवेदन	५
१ बीजारोपण	३
२ नीतिरक्षाका अुपाय	४
३ रामनाम हमारा ऐकमात्र आधार	७
४ रामनाम और राष्ट्रसेवा	८
५ भगवानकी मदद मागो	९
६ नाम रटनेसे शान्ति	११
७ मुहसे रामनाम जपना	१२
८ रामधुन	१३
९ यौगिक क्रियाजे	१४
१० यकीनी अिमदाद	१५
११ रामनामका मजाक	१५
१२ रामनाम और जतर-मतर	१६
१३ रामनामका प्रचार	१७
१४ मेरा राम	१८
१५ राम कौन ?	१९
१६ दशरथ-नन्दन राम	२०
१७ मेरा राम कौन ?	२२
१८ अीश्वर कौन और कहा है ?	२२
१९ रामनाम और कुदरती अिलाज	२४
२० कुदरती अिलाज	२५
२१ रामनाम — रामबाण अिलाज	२६
२२ सब रोगोका अिलाज	२७
२३ कुदरती अिलाजमे रामनाम	२९

२४ आम लोगोके लिअे अिलाज	३१
२५. रामबाण अुपाय	३२
२६ आयुर्वेद और कुदरती अुपचार	३५
२७ अुरुळीकाचनमे	३७
२८ अुरुळीकाचनमे कुदरती अुपचार	४०
२९. गरीबोके लिअे कुदरती अिलाज	४१
३० कुदरती अिलाज और आधुनिक अिलाज	४२
३१ पश्चिमकी ओर नजर न रखे	४३
३२ कुदरतके नियम	४४
३३ विश्वास-चिकित्सा और रामनाम	४५
३४ रामनामके बारेमे भ्रम	४८
३५ बेचैन बना देनेवाली बात	४९
३६ नाम-साधनाकी निशानिया	५१
३७ सर्वधर्म-समभाव	५३
३८ सच्ची रोशनी	५४
३९ अवसानसे अेक दिन पहले	५४
४०. "राम ! राम !"	५५
४१. प्रार्थना-प्रवचनोमें से	५६
४२ रोजके विचार	६६
४३ दो पत्र	६९
परिशिष्ट	
सच्चा डॉक्टर राम ही है	७०
सूची	७३

रामनाम

बीजारोपण

छह-सात सालकी अुम्रसे लेकर १६ वर्ष तक विद्याध्ययन किया, परन्तु स्कूलमे मुझे कही धर्म-शिक्षा नही मिली। जो चीज शिक्षकोके पाससे सहज ही मिलनी चाहिये, वह न मिली। फिर भी वायुमण्डलमे से तो कुछ न कुछ धर्म-प्रेरणा मिला ही करती थी। यहां धर्मका व्यापक अर्थ करना चाहिये। धर्मसे मेरा अभिप्राय है आत्म-भानसे, आत्म-ज्ञानसे।

वैष्णव संप्रदायमे जन्म होनेके कारण बार-बार वैष्णव मंदिर (हवेली) जाना होता था। परन्तु अुसके प्रति श्रद्धा न अुत्पन्न हुअी। मन्दिरका वैभव मुझे पसन्द न आया। मंदिरमे होनेवाले अनाचारोकी बाते सुन-सुनकर मेरा मन अुनके सम्बन्धमे अुदासीन हो गया। वहासे मुझे कोअी लाभ न मिला।

परन्तु जो चीज मुझे अिस मन्दिरसे न मिली, वह अपनी धायके पाससे मिल गयी। वह हमारे कुटुम्बमे अेक पुरानी नौकरानी थी। अुसका प्रेम मुझे आज भी याद आता है। मै पहले कह चुका हू कि मै भूत-प्रेत आदिसे डरा करता था। अिस रम्भाने मुझे बताया कि अिसकी दवा रामनाम है। किन्तु रामनामकी अपेक्षा रम्भा पर मेरी अधिक श्रद्धा थी। अिसलिअे बचपनमे मैने भूत-प्रेतादिसे बचनेके लिअे रामनामका जप शुरू किया। यह सिलसिला यो बहुत दिन तक जारी न रहा, परन्तु जो बीजारोपण बचपनमे हुआ, वह व्यर्थ न गया। रामनाम जो आज मेरे लिअे अेक अमोघ शक्ति हो गया है, अुसका कारण अुस रम्भाबाअीका बोया हुआ बीज ही है।

परन्तु जिस चीजने मेरे दिल पर गहरा असर डाला, वह तो थी रामायणका पारायण। पिताजीकी बीमारीका बहुतेरा समय पोरबन्दरमे गयी। वहा वे रामजीके मंदिरमे रोज रातको रामायण सुनते थे। कथा कहनेवाले थे रामचन्द्रजीके परम भक्त बिलेश्वरके लाधा महाराज। अुनके सम्बन्धमे यह कहानी प्रसिद्ध थी कि अुन्हें कोढ हो गया था। अुन्होंने कुछ दवा न की — सिर्फ बिलेश्वर महादेव पर चढे हुअे बिल्वपत्रोको कोढवाले अगो पर बाधते रहे, और रामनामका जप करते रहे। अन्तमे अुनका कोढ समूल नष्ट हो गया। यह बात चाहे सच हो या झूठ, हम सुननेवालोने तो सच ही मानी।

हा, यह जरूर सच है कि लाधा महाराजने जब कथा आरम्भ की थी, तब उनका शरीर बिल्कुल नीरोग था। लाधा महाराजका स्वर मधुर था। वे दोहा-चौपायी गाते और अर्थ समझाते थे। खुद उसके रसमे लीन हो जाते और श्रोताओंको भी लीन कर देते थे। मेरी अवस्था उस समय कोभी तेरह सालकी होगी, पर मुझे याद है कि उनकी कथामे मेरा बहुत मन लगता था। रामायण पर जो मेरा अत्यन्त प्रेम है, उसका पाया यही रामायण-श्रवण है। आज मैं तुलसीदासकी रामायणको भक्तिमार्गका सर्वोत्तम ग्रंथ मानता हूँ।

‘आत्मकथा’ से

२

नीतिरक्षाका अणुपाय

मेरे विचारके विकार क्षीण होते जा रहे हैं। हा, उनका नाश नहीं हो पाया है। यदि मैं विचारों पर भी पूरी विजय पा सका होता, तो पिछले दस बरसोंमे जो तीन रोग — पसलीका वरम, पेचिश और ‘अपेडिक्स’ का वरम — मुझे हुआ, वे कभी न होते।* मैं मानता हूँ कि नीरोगी आत्माका शरीर भी

* मैं तो पूर्णताका एक विनीत साधक मात्र हूँ। मैं उसका रास्ता भी जानता हूँ। परन्तु रास्ता जाननेका अर्थ यह नहीं है कि मैं आखिरी मुकाम पर पहुँच गया हूँ। यदि मैं पूर्ण पुरुष होता, यदि मैं विचारोंमे भी अपने तमाम मनोविकारों पर पूरा आधिपत्य कर पाया होता, तो मेरा शरीर पूर्णताको पहुँच गया होता। मैं कबूल करता हूँ कि अभी मुझे अपने विचारोंको काबूमे रखनेके लिये बहुत मानसिक शक्ति खर्च करनी पड़ती है। यदि कभी मैं इसमे सफल हो सका, तो खयाल कीजिये कि शक्तिका कितना बड़ा खजाना मुझे सेवाके लिये खुला मिल जायगा। मैं मानता हूँ कि मेरी अपेडिसाइटिसकी बीमारी मेरे मनकी दुर्बलताका फल थी और नश्वर लगवानेके लिये तैयार हो जाना भी वही मनकी दुर्बलता थी। यदि मेरे अदर अहंकारका पूरा अभाव होता, तो मैंने अपनेको होनहारके सुपुर्द कर दिया होता। लेकिन मैंने तो अपने इसी चोलेमे रहना चाहा। पूर्ण विरक्ति किसी यात्रिक क्रियासे प्राप्त नहीं होती। धीरज, परिश्रम और अश्वर-

नीरोगी होता है। अर्थात् ज्यो-ज्यो आत्मा नीरोग — निर्विकार होती जाती है, त्यो-त्यो शरीर भी नीरोगी होता जाता है। लेकिन यहाँ नीरोगी शरीरके मानी बलवान शरीर नहीं है। बलवान आत्मा क्षीण शरीरमें ही वास करती है। ज्यो-ज्यो आत्मबल बढ़ता है, त्यो-त्यो शरीरकी क्षीणता बटती है। पूर्ण नीरोगी शरीर बिल्कुल क्षीण भी हो सकता है। बलवान शरीरमें बहुत अशमें रोग रहते हैं। रोग न हो, तो भी वह शरीर सक्तामक रोगोका शिकार तुरन्त हो जाता है। परन्तु पूर्ण नीरोग शरीर पर अणुका असर नहीं हो सकता। शुद्ध खूनमें ऐसे जन्तुओंको दूर रखनेका गुण होता है। ..

ब्रह्मचर्यका लौकिक अथवा प्रचलित अर्थ तो अतना ही माना जाता है मन, वचन और कायाके द्वारा विषयेन्द्रियका सयम। यह अर्थ वास्तविक है। क्योंकि अणुका पालन करना बहुत कठिन माना गया है। स्वादेन्द्रियके सयम पर अतना जोर नहीं दिया गया, जिससे विषयेन्द्रियका सयम ज्यादा मुश्किल बन गया है — लगभग असंभव हो गया है।

मेरा अनुभव तो ऐसा है कि जिसने स्वादको नहीं जीता, वह विषयको नहीं जीत सकता। स्वादको जीतना बहुत कठिन है। परन्तु स्वादकी विजयके साथ ही विषयकी विजय बधी हुयी है। स्वादको जीतनेके लिये अणु अणुपाय तो यह है कि मसालोका सर्वथा अथवा जितना हो सके अतना त्याग किया जाय। और दूसरा अधिक बलवान अणुपाय हमेशा यह भावना बढ़ाना है कि भोजन हम स्वादके लिये नहीं, बल्कि केवल शरीर-रक्षाके लिये करते हैं। हवा हम स्वादके लिये नहीं, बल्कि श्वासके लिये लेते हैं। पानी जैसे हम प्यास बुझानेके लिये पीते हैं, उसी प्रकार खाना महज भूख बुझानेके लिये खाना चाहिये। दुर्भाग्यसे हमारे मा-बाप लडकपनसे ही हममें जिससे अलटी आदत डालते हैं। हमारे पोषणके लिये नहीं, बल्कि अपना झूठा दुलार दिखानेके लिये, वे हमें तरह-तरहके स्वाद चखाकर हमारी आदत बिगाड़ने हैं। हमें घरके ऐसे वायुमंडलके खिलाफ लड़नेकी आवश्यकता है।

परन्तु विषयको जीतनेका स्वर्ण नियम रामनाम अथवा दूसरा कोजी ऐसा मंत्र है। द्वादश मंत्र* भी यही काम देता है। अपनी-अपनी भावनाके

आराधनाके द्वारा अणु स्थितिमें पहुँचना पड़ता है। — हिन्दी नवजीवन, ६-४-१९२४।

* ॐ नमो भगवते वासुदेवाय।

अनुसार किसी भी मन्त्रका जप किया जा सकता है। मुझे लडकपनसे रामनाम सिखाया गया। मुझे उसका सहारा बराबर मिलता रहता है। जिससे मैंने उसे सुझाया है। जो मन्त्र हम जपें, उसमें हमें तल्लीन हो जाना चाहिये। मन्त्र जपते समय दूसरे विचार आवें तो परवाह नहीं। फिर भी यदि श्रद्धा रखकर हम मन्त्रका जप करते रहेंगे, तो अतमें सफलता अवश्य प्राप्त करेंगे। मुझे जिसमें रतीभर शक नहीं। यह मन्त्र हमारी जीवन-डोर होगा और हमें तमाम सकटोंसे बचावेगा।* जैसे पवित्र मन्त्रका उपयोग किसीको आर्थिक लाभके लिये हरगिज न करना चाहिये। जिस मन्त्रका चमत्कार है हमारी नीतिको सुरक्षित रखनेमें। और यह अनुभव प्रत्येक साधकको थोड़े ही समयमें मिल जायगा। हा, अतना याद रखना चाहिये कि तोतेकी तरह जिस मन्त्रको न पढ़े। जिसमें अपनी आत्मा पूरी तरह लगा देनी चाहिये। तोते यन्त्रकी तरह जैसे मन्त्र पढ़ते हैं। हमें उन्हें ज्ञानपूर्वक पढ़ना चाहिये—अवाञ्छनीय विचारोंको मनसे निकालनेकी भावना रखकर और मन्त्रकी ऐसा करनेकी शक्तिमें विश्वास रखकर।

हिन्दी नवजीवन, २५-५-१९२४

* एक ब्रह्मचारीको ब्रह्मचर्य सिद्ध करनेके उपाय सुझाते हुए गांधीजीने लिखा था

“आखिरी उपाय प्रार्थनाका है। ब्रह्मचर्य साधनेकी अिच्छा रखनेवाला हर रोज नियमसे, सच्चे हृदयसे रामनाम जपे और श्रीश्वरकी कृपा चाहे।”
—यग अिण्डिया, २९-४-’२६

अक प्रयत्नशील साधकको गांधीजीने लिखा था

“रामकी मदद लेकर हमें विकारोंके रावणका वध करना है, और वह सम्भवनीय है। जो राम पर भरोसा रख सको तो तुम श्रद्धा रखकर निश्चितताके साथ रहना। सबसे बड़ी बात यह है कि आत्म-विश्वास कभी मत खोना। खानेका खूब माप रखना, ज्यादा और ज्यादा तरहका भोजन न करना।” —हिन्दी नवजीवन, २०-१२-’२८

“जब तुम्हारे विकार तुम पर हावी होना चाहे, तब तुम घुटनोंके बल झुककर भगवानसे मददकी प्रार्थना करो। रामनाम अचूक रूपसे मेरी मदद करता है। बाहरी मददके रूपमें कटि-स्नान करो।” —‘अनीतिकी राहपर’के दूसरे संस्करणकी भूमिका (१९२८) से।

रामनाम : हमारा अकेमात्र आधार

राम, अल्लाह, गॉड सब मेरे नजदीक अकार्थक शब्द है। मैंने देखा कि सीधे-भोले लोगोने धोखेसे अपना यह खयाल बना लिया है कि मुसीबतके समय मैं उनको दिखायी देता हू। मैं अिस वहमको दूर कर देना चाहता हू। मैं किसीको दर्शन नहीं देता। अेक नश्वर शरीर पर भरोसा रखना महज उनका भ्रम है। अिसलिये मैंने उनके सामने अेक सादा और सरल नुस्खा रखा है, जो कभी बेकार नहीं जाता — अर्थात् हर रोज सुबह सूरज निकलनेके पहले और शामको सोनेके वक्त अपनी प्रतिज्ञाओको पूरी करनेके लिये अीश्वरकी सहायता मागना। लाखो हिन्दू अीश्वरको रामके नामसे पहचानते हैं। बचपनमे जब-जब मैं डरता था, तब मुझे रामनाम लेनेको कहा जाता था। मेरे कितने ही साथी अैसे हैं, जिन्हें मुसीबतके वक्त रामनामसे बड़ी तसल्ली मिली है। मैंने धाराला और अछूतोको भी रामनाम बताया। मैं अपने उन पाठकोके सामने भी अिसे पेश करता हू, जिनकी दृष्टि धुधली नहीं हुयी है और जिनकी श्रद्धा बहुत विद्वत्ता प्राप्त करनेसे मन्द नहीं हो गयी है। विद्वत्ता हमें जीवनकी अनेक अवस्थाओसे पार ले जाती है, पर सकट और प्रलोभनके समय वह हमारा साथ बिलकुल नहीं देती। अुस हालतमें अकेली श्रद्धा ही हमें अुबारती है। रामनाम उन लोगोके लिये नहीं है, जो अीश्वरको हर तरहसे फुसलाना चाहते हैं और हमेशा अपनी रक्षाकी आशा अुससे लगाये रहते हैं। यह उन लोगोके लिये है, जो अीश्वरसे डर कर चलते हैं, और जो सयमपूर्वक जीवन बिताना चाहते हैं लेकिन अपनी निर्बलताके कारण अुसका पालन नहीं कर पाने।

हिन्दी नवजीवन, २२-१-१९२५

रामनाम और राष्ट्रसेवा

सवाल — क्या किसी पुरुष या स्त्रीको राष्ट्रीय सेवामे भाग लिये बिना रामनामके अुच्चारण मात्रसे आत्मदर्शन प्राप्त हो सकता है? मैंने यह प्रश्न जिसलिये पूछा है कि मेरी कुछ बहने कहा करती है कि हमको गृहस्थीके कामकाज करने तथा यदा-कदा दीन-दु खियोंके प्रति दयाभाव दिखानेके अतिरिक्त और किसी कामकी जरूरत नहीं है।

जवाब — जिस प्रश्नने केवल स्त्रियोंको ही नहीं, बल्कि बहुतेरे पुरुषोंको भी अलज्जानमे डाल रखा है और मुझे भी जिसने धर्म-संकटमे डाला है। मुझे यह बात मालूम है कि कुछ लोग जिस सिद्धान्तके मानने-वाले हैं कि काम करनेकी कतअी जरूरत नहीं और परिश्रम मात्र व्यर्थ है। मैं जिस खयालको बहुत अच्छा तो नहीं कह सकता। अलबत्ता, अगर मुझे उसे स्वीकार करना ही हो तो, मैं उसके अपने ही अर्थ लगाकर उसे स्वीकार कर सकता हूँ। मेरी नम्र सम्मति यह है कि मनुष्यके विकासके लिये परिश्रम करना अनिवार्य है। फलका विचार किये बिना परिश्रम करना जरूरी है। रामनाम या ऐसा ही कोई पवित्र नाम जरूरी है — महज लेनेके लिये ही नहीं, बल्कि आत्मशुद्धिके लिये, प्रयत्नको सहारा पहुचानेके लिये और अश्वरसे सीधे-सीधे रहनुमाअी पानेके लिये। जिसलिये रामनामका अुच्चारण कभी परिश्रमके बदले काम नहीं दे सकता। वह तो परिश्रमको अधिक बलवान बनाने और उसे अुचित मार्ग पर ले चलनेके लिये है। यदि परिश्रम मात्र व्यर्थ है, तब फिर घर-गृहस्थीकी चिन्ता क्यों? और दीन-दु खियोंको यदा-कदा सहायता किसलिये? इसी प्रयत्नमे राष्ट्र-सेवाका अकुर भी मौजूद है। मेरे लिये तो राष्ट्रसेवाका अर्थ मानव-जातिकी सेवा है। यहा तक कि कुटुम्बकी निर्लिप्त भावसे की गअी सेवा भी मानव-जातिकी सेवा है। जिस प्रकारकी कौटुम्बिक सेवा अवश्य ही राष्ट्रसेवाकी ओर ले जाती है। रामनामसे मनुष्यमें अनासक्ति और समता आती है रामनाम आपत्तिकालमे उसे कभी धर्मच्युत नहीं होने देता। गरीबसे गरीब

लोगोंकी सेवा किये बिना या अुनके हितमे अपना हित माने बिना मोक्ष पाना मै असम्भव मानता हू।

हिन्दी नवजीवन, २१-१०-१९२६

सेवाकार्य या माला-जप ?

स० — सेवाकार्यके कठिन अवसरो पर भगवद्भक्तिके नित्य नियम नही निभ पाते, तो क्या अिसमे कोअी हर्ज है ? दोनोमे से किसको प्रधानता दी जाय, सेवाकार्यको अथवा माला-जपको ?

ज० — कठिन सेवाकार्य हो या अुससे भी कठिन अवसर हो, तो भी भगवद्भक्ति यानी रामनाम बन्द हो ही नही सकता। अुसका बाह्य रूप प्रसगके मुताबिक बदलता रहेगा। माला छूटनेसे रामनाम, जो हृदयमे अकित हो चुका है, थोडे ही छूट सकता है ?

हरिजनसेवक, १७-२-१९४६

५

भगवानकी मदद मांगो

मै सारे हिन्दुस्तानके विद्यार्थियोंके साथ होनेवाले अपने पत्रव्यवहारसे जानता हू कि ढेरो पुस्तको द्वारा पाये हुअे ज्ञानसे अपने दिमागोको भर कर वे कैसे पगु बन गये हैं। कुछ तो अपने दिमागका सतुलन खो बैठे हैं, कुछ पागल-से हो गये हैं, तो कुछ अनीतिकी राह पर चल पडे हैं — जिससे वे अपने-आपको रोक नही सकते। अुनकी यह बात सुनकर मेरा हृदय सहानुभूति और दयासे भर जाता है कि अधिकसे अधिक प्रयत्न करके भी वे अपने जीवनको बदल नही सकते। वे दु खी होकर मुझसे पछते हैं “हमे बताअिये कि शैतानसे हम कैसे पिड छुडाये ? जिस अनीति और अपवित्रता-ने हमे घर दत्रोचा है, अुससे हम अपने-आपको कैसे छुडाये ?” जब मै अुन्हे रामनाम जपने और भगवानके सामने झुक कर अुसकी सहायता मागनेकी बात कहता हू, तो वे मेरे पास आकर कहते हैं “हम नही

जानते भगवान कहा है? हम नहीं जानते प्रार्थना करना क्या होता है?" विद्यार्थियोंकी आज ऐसी दयनीय स्थिति हो गयी है। .

तामिल भाषाका एक वचन मैं कभी भूलता नहीं। उसका अर्थ है "निराधारका आधार भगवान है।" अगर आप उससे सहायताकी प्रार्थना करना चाहते हैं, तो आप अपने सच्चे रूपमें उसके पास जायें, किसी तरहका सकोच या दुराव-छिपाव न रख कर उसकी शरण ले और इस बातकी आशका न रखें कि आप जैसे अधम और पतितको वह कैसे सहायता दे सकता है — कैसे अुबार सकता है। जिसने अपनी शरणमें आये लाखों-करोड़ोंकी सहायता की, वह क्या आपको असहाय छोड़ देगा? वह किसी तरहका पक्षपात और भेदभाव नहीं रखता। आप देखेंगे कि वह आपकी हरअेक प्रार्थना सुनता है। अधमसे अधमकी भी प्रार्थना भगवान सुनेगा।* यह बात मैं अपने अनुभवसे कहता हूँ। मैं इस नरककी यातनाओंसे गुजर चुका हूँ। पहले आप भगवानकी शरण जाअिये और आपको सब कुछ मिल जायगा।

यग अिडिया, ४-४-१९२९

* लेकिन प्रार्थना केवल शब्दोंकी या कानोंकी कसरत ही नहीं है। वह किसी निरर्थक मन्त्र या सूत्रका जप नहीं है। अगर रामनाम आत्माको जाग्रत न कर सके, तो आप उसका कितना भी जप क्यों न करें, सब व्यर्थ जायगा। यदि आप शब्दोंके बिना भी हृदयसे भगवानकी प्रार्थना करें, तो वह उस प्रार्थनासे कहीं अच्छी है जिसमें शब्द तो बहुत हैं, परन्तु हृदय नहीं है। प्रार्थना उस आत्माकी भागके स्पष्ट अुत्तरमें होनी चाहिये, जो हमेशा उसकी भूखी रहती है। और जिस तरह भूखा आदमी स्वादिष्ठ भोजन पाकर प्रसन्न होता है, उसी तरह भूखी आत्मा हादिक प्रार्थनासे आनन्दका अनुभव करती है। मैं अपने और अपने साथियोंके अनुभवसे यह बात कहता हूँ कि जिसने प्रार्थनाके चमत्कारका अनुभव किया है, वह भोजनके बिना तो कभी दिनों तक रह सकता है, लेकिन प्रार्थनाके बिना अेक क्षण भी नहीं रह सकता। क्योंकि प्रार्थनाके बिना आन्तरिक शान्ति नहीं मिलती। — यग अिडिया, २३-१-१९३०

नाम रटनेसे शान्ति

“अेक ही चीजका जो यह बार-बार पाठ होता है, वह मेरे कानको कुछ रुचता नहीं। सम्भव है कि यह मेरे बुद्धिवादी गणिती स्वभावका दोष हो। पर वही श्लोक नित्य बार-बार गाये जाये, यह मुझे अच्छा नहीं लगता। अुदाहरणके लिये ‘बाक’ के अलौकिक सगीतमे भी जब वही अेक पद (‘हे पिता, अुन्हे क्षमा कर दे। वे नहीं जानते कि वे क्या करते हैं।’) बार-बार गाया जाता है, तब मेरे मन पर अुसका कोअी प्रभाव नहीं पडता।”

गाधीजीने मुसकराते हुअे कहा “पर आपके गणितमे क्या पुनरावर्ती दशमलव नहीं होता ? ”

“किन्तु प्रत्येक दशमलवसे अेक नवीन ही वस्तु निकलनी है।”

गाधीजी “अिसी प्रकार प्रत्येक जपमे नूतन अर्थ रहता है। प्रत्येक जप मनुष्यको भगवानके अधिक समीप ले जाता है, यह बिलकुल सच्ची बात है। मै आपसे कहता हू कि आप किसी सिद्धान्तवादीसे नहीं, बल्कि अैसे आदमीसे बाते कर रहे हैं, जिसने अिस वस्तुका अनुभव जीवनके प्रत्येक क्षणमे किया है — यहा तक कि अिस अविराम क्रियाका बन्द हो जाना जितना सरल है, अुससे अधिक सरल प्राणवायुका निकल जाना है। यह हमारी आत्माकी भूख है।”

“मै अिसे अच्छी तरह समझ सकता हू, पर साधारण मनुष्यके लिये तो यह अेक खाली अर्थशून्य विधि है।”

“मै मानता हू, पर अच्छी चीजका भी दुरुपयोग हो सकता है। अिसमे चाहे जितने दम्भके लिये गुजाअिश है सही, पर वह दम्भ भी तो सदाचारकी ही स्तुति है न। और मै यह जानता हू कि अगर दस हजार दम्भी मनुष्य मिलते हैं, तो अैसे करोडो भोले श्रद्धालु भी होंगे, जिन्हें अीश्वरके अिस नामरटनसे शांति मिलती होगी। मकान बनाते समय पाड या मचान बाधनेकी जरूरत पडती है न — ठीक वैसी ही यह चीज है।”

पियरे सेरेसोल “मगर मै आपकी दी हुअी अिस अुपमाको जरा और आगे ले जाऊँ, तो आप यह मान लेंगे न कि जब मकान तैयार हो जाय, तब अुस पाडको गिरा देना चाहिये ? ”

“हा, जब शरीर-मात हो जायगा, तब वह भी दूर हो जायगा।”

“यह क्यों ?”

विलकिनसन अिस सवादको ध्यानपूर्वक सुन रहे थे। अन्होने कहा
“यह अिसलिअे कि हम निरन्तर निर्माण ही करते रहते हैं।”

गाधीजी “अिसलिअे कि हम निरन्तर पूर्णताके लिअे प्रयत्न करते
रहते हैं। केवल अेक अीश्वर ही पूर्ण है, मनुष्य कभी पूर्ण नहीं होता।”

हरिजनसेवक, २५-५-१९३५

७

मुंहसे रामनाम जपना

१

सवाल — दूसरेसे बातचीत करते समय, मस्तिष्क द्वारा कठिन कार्य
करते समय या अचानक पैदा होनेवाली घबराहट वगैराके समय भी क्या
हृदयमे रामनामका जप हो सकता है ? अगर ऐसी दशामे भी लोग करते
हैं, तो कैसे करते हैं ?

जवाब — अनुभव कहता है कि मनुष्य किसी भी हालतमे हो, चाहे सोता
भी क्यों न हो, लेकिन अगर अुसे आदत हो गयी है और रामनाम हृदयस्थ
हो गया है, तो जब तक हृदय चलता है, तब तक रामनाम हृदयमे चलता ही
रहना चाहिये। बर्ना यह कहा जायगा कि मनुष्य जो रामनाम लेता है, वह
अुसके कठसे ही निकलता है या अुसने सिर्फ हृदयके स्तरको ही छुआ है,
लेकिन हृदय पर अुसका साम्राज्य स्थापित नहीं हुआ है। यदि रामनामने
हृदयका स्वामित्व पा लिया हो तो जप कैसे करते हैं, यह सवाल पूछा ही नहीं जा
सकता। क्योंकि जब वह हृदयमे स्थान ले लेता है, तब अुच्चारणकी आवश्यकता ही
नहीं रह जाती। लेकिन यह कहना ठीक होगा कि अिस तरह जिनके हृदयमे
रामनाम बस गया है, ऐसे लोग बहुत कम होंगे। जो शक्ति रामनाममे मानी
गयी है, अुसके बारेमे मुझे कोअी शक नहीं है। हरअेक आदमी अिच्छा मात्रसे
ही रामनामको अपने हृदयमे अकिंत नहीं कर सकता। अुसके लिअे अथक
परिश्रम और धीरजकी जरूरत है। पारसमणिको पानेके लिअे धीरज और
परिश्रम क्यों न हों ? रामनाम तो अुससे भी ज्यादा कीमती, बल्कि अमृत्य है।

हरिजनसेवक, १७-२-१९४६

२

स० — क्या रामनामको हृदयमे ही रखना काफी नहीं है? या उसके अच्चारणमे कोयी त्वास विशेषता है?

ज० — मेरा विश्वास है कि रामनामके अच्चारणका विशेष महत्त्व है। अगर कोयी जानता है कि श्रीस्वर सच्चमुच्च उसके हृदयमे बसता है, तो मैं मानता हूँ कि उसके लिये मुहसे रामनाम जपना जरूरी नहीं है। लेकिन मैं ऐसे किसी आदमीको नहीं जानता। अल्टे, मेरा अपना अनुभव कहता है कि मुहसे रामनाम जपनेमे कुछ अनोखापन है। क्यों या कैसे, यह जानना आवश्यक नहीं।

हरिजनसेवक, १४-३-१९४६

८

रामधुन

गांधीजीने कहा — जिन्हें थोड़ा भी अनुभव है, वे दिलसे गायी जानेवाली रामधुनकी, यानी भगवानका नाम जपनेकी शक्तको जानते हैं। मैं लाखो सिपाहियोंके अपने बैण्डकी लयके साथ कदम अठाकर मार्च करनेसे पैदा होनेवाली ताकतको जानता हूँ। फौजी ताकतने दुनियामे जो बरबादी की है, उसे रास्ते चलनेवाला भी देख सकता है। हालांकि यह कहा जाता है कि लड़ाई खतम हो गयी, फिर भी उसके बादके नतीजे लड़ाईसे भी ज्यादा बुरे साबित हुअे हैं। यही फौजी ताकतके दिवालियापनका सबूत है।

मैं बिना किसी हिचकिचाहटके यह कह सकता हूँ कि लाखो आदमियों द्वारा सच्चे दिलसे एक ताल और एक लयके साथ गायी जानेवाली रामधुनकी ताकत फौजी ताकतके दिखावेसे बिल्कुल अलग और कयी गुना बड़ी-चड़ी होती है। दिलसे भगवानका नाम लेनेसे आजकी बरबादीकी जगह टिकाऊ शान्ति और आनन्द पैदा होगा।

हरिजनसेवक ३१-८-१९४७

यौगिक क्रियाएं

अक मिशनरी मित्रने गांधीजीसे पूछा कि क्या वे कोअी यौगिक क्रियाये करते हैं। अिसके अुतरमे गांधीजीने कहा

“योगकी क्रियाएं तो मैं जानता नहीं। मैं जो किया करता हूँ, अुसे तो बचपनमे अपनी आयासे मैंने सीखा था। मुझे भूतका डर लगता था। अिस पर वह मुझसे कहा करती थी ‘भूत जैसी कोअी चीज है ही नहीं, फिर भी अगर तुझे डर लगे, तो रामनाम ले लिया कर।’ मैंने बचपनमे जो सीखा, अुसने मेरे मानसिक आकाशमे विशाल रूप धारण कर लिया है। अिस सूर्यने मेरी घोरसे घोर अधकारकी घडीमे मुझे प्रकाश प्रदान किया है। यही आश्वासन अीसाअीको अीसाका नाम लेनेसे और मुसलमानको अल्लाहका नाम लेनेसे मिलता है।* अिन सब चीजोका अर्थ तो अेक ही है और समान परिस्थितियोंमे अिनका अेक-सा ही परिणाम आता है। मात्र यह नामस्मरण तोतेकी तरह नहीं होना चाहिये, किन्तु यह नाम-ध्वनि अतस्तलसे अुठनी चाहिये।

हरिजनसेवक, १२-१२-१९३६

* अिस्लामका अल्लाह वही है, जो अीसाअियोंका गॉड और हिन्दुओंका अीश्वर है। जिस तरह हिन्दू धर्ममे अीश्वरके अनेक नाम हैं, अुसी तरह अिस्लाममे भी अीश्वरके कअी नाम हैं। वे नाम व्यक्तित्वको नहीं, बल्कि गुणोको बताते हैं। और तुच्छ मनुष्यने अपने नम्र तरीकेसे सर्वशक्तिमान अीश्वरका अुसके गुणो द्वारा वर्णन करनेका प्रयत्न किया है, यद्यपि वह गुणातीत, अवर्णनीय और असीम है। — हरिजन, १२-८-१९३८

यकीनी अिमदाद

अिसमे कोअी शक नही कि रामनाम सबसे ज्यादा यकीनी अिमदाद है। अगर दिलसे अुसका जप किया जाय, तो वह हरअेक बुरे खयालको तुरन्त दूर कर सकता है। और जब बुरा खयाल मिट गया, तो अुसका बुरा असर होना सभव नही। अगर मन कमजोर है, तो बाहरकी सब अिमदाद बेकार है, और मन पवित्र है, तो वह सब गैरजरूरी है। अिसका यह मतलब हरगिज न समझना चाहिये कि अेक पवित्र मनवाला आदमी सब तरहकी छूट लेते हुअे भी बेदाग बचा रह सकता है। अैसा आदमी खुद ही अपने साथ कोअी छूट न लेगा। अुसका सारा जीवन ही अुसकी भीतरी पवित्रताका सच्चा सबूत होगा। गीतामे ठीक ही कहा है कि आदमीका मन ही अुसे बनाता है और वही अुसे बिगाडता भी है। मिल्टन जब यह कहता है कि “मनुष्यका मन ही सब कुछ है, वही स्वर्गको नरक और नरकको स्वर्ग बना देता है”, तो वह भी अिसी विचारकी व्याख्या करता है।

हरिजनसेवक, १२-५-१९४६

रामनामका मजाक

स० — बनारसका रामनाम बैक, और रामनाम छपा कपडा पहनना, या शरीर पर रामनाम लिखकर घूमना रामनामका मजाक और हमारा पतन नही तो क्या है? अैसी हालतमे सारे रोगोके रामबाण अिलाजके रूपमे रामनामका प्रचार करके क्या आप अिन ढोगियोके हाथमे पत्थर नही दे रहे है? अन्तर-प्रेरणासे निकला हुआ रामनाम ही रामबाण हो सकता है। और मै मानता हू कि अैसी अन्तर-प्रेरणा सच्ची धार्मिक शिक्षासे ही मिलेगी।

ज० — आपने ठीक कहा है। आजकल हमारे अन्दर अितना वहम फैला हुआ है और अितना दम्भ चलता है कि सही चीज करनेमे भी डरना पडता

है। लेकिन अिस तरह डरते रहनेसे तो सत्यको भी छिपाना पड सकता है। असलिये सुनहला कानून तो यही है कि जिसे हम सही समझे, उसे निडर होकर करे। दम्भ और झूठ तो जगतमे चलता ही रहेगा। हमारे सही चीज करनेसे वह कुछ कम ही होगा, बढ कभी नहीं सकता। यह ध्यान रहे कि जब चारो ओर झूठ चलता हो, तब हम भी अुसीमे फसकर अपनेको धोखा न दे। अपनी शिथिलता और अज्ञानके कारण हम अनजाने भी अैसी गलती न करे। हर हालतमे सावधान रहना तो हमारा कर्तव्य है ही। सत्यका पुजारी दूसरा कुछ कर ही नहीं सकता। रामनाम जैसी रामबाण औषध लेनेमे सतत जागृति न हो, तो रामनाम व्यर्थ जाय और हम बहुतेसे वहमोमे अेक और वहम बढा दे।

हरिजनसेवक, २-६-१९४६

१२

रामनाम और जंतर-मंतर

मैं निडर होकर कह सकता हू कि मेरे रामनामका जतर-मतरसे कोअी वास्ता नहीं। मैंने कहा है कि रामनाम अथवा किसी भी रूपमे हृदयसे अीश्वरका नाम लेना अेक महान शक्तिका सहारा लेना है। वह शक्ति जो करू सकती है, सो दूसरी कोअी शक्ति नहीं कर सकती। अुसके मुकाबले अणुबम भी कोअी चीज नहीं। अुससे सब दर्द दूर होते हैं। हा, यह सही है कि हृदयसे नाम लेनेकी बात कहना आसान है, करना कठिन है। वह कितना ही कठिन क्यो न हो, फिर भी वही सर्वोपरि वस्तु है।

हरिजनसेवक, १३-१०-१९४६

रामनामका प्रचार

मुझे यह प्रतीत होता है कि रामनामकी महिमाके बारेमें मुझे अब कुछ नया सीखना बाकी नहीं है, क्योंकि मुझे उसका अनुभव-ज्ञान है। और इसीलिये मेरा यह अभिप्राय है कि खादी और स्वराज्यके प्रचारकी तरह रामनामका प्रचार नहीं हो सकता। इस कठिन कालमें रामनामका अलटा जप होता है। अर्थात् बहुतसे स्थानोंमें केवल आडम्बरके लिये, कुछ स्थानोंमें अपने स्वार्थके लिये और कुछ जगहोंमें व्यभिचार करनेके लिये इसका जप होता हुआ मैंने देखा है। यदि केवल उसके अलटे अक्षरोंका ही जप हो, तो उसके बारेमें मुझे कुछ भी नहीं कहना है। यह हमने पढ़ा है कि शुद्ध हृदयके लोगोंने अलटा जप जपकर भी मुक्ति प्राप्त की है। और इसे हम मान भी सकते हैं। लेकिन शुद्ध उच्चारण करनेवाले पापी पापकी पुष्टिके लिये रामनामके मन्त्रका जप करे, तो इसे हम क्या कहेंगे? इसीलिये मैं रामनामके प्रचारसे डरता हूँ। जो लोग यह मानते हैं कि भजन-मंडलीमें बैठकर रामनामकी रट लगानेसे, शोर करनेसे ही भूत, भविष्य और वर्तमानके सब पाप नष्ट हो जायेंगे और कुछ भी करना बाकी न रहेगा, उन्हें तो दूरसे ही नमस्कार करना चाहिये। उनका अनुकरण नहीं किया जा सकता।

इसलिये जो रामनामका प्रचार करना चाहता है, उसे स्वयं अपने हृदयमें ही उसका प्रचार करके उसे शुद्ध कर लेना चाहिये और उस पर रामका साम्राज्य स्थापित करके उसका प्रचार करना चाहिये। फिर उसे ससार भी ग्रहण करेगा और लोग भी रामनामका जप करने लगेंगे। लेकिन हर किसी स्थान पर रामनामका जैसा-तैसा भी जप करना पाखण्डी वृद्धि करना है और नास्तिकताके प्रवाहका वेग बढ़ाना है।

हिन्दी नवजीवन, १९-११-१९२५

मेरा राम

जब गांधीजीसे पूछा गया कि गैर-हिन्दू रामधुनमे कैसे भाग ले सकते हैं, तब उन्होंने कहा

“जब कोई यह अंतराज अठाता है कि रामका नाम लेना या रामधुन गाना तो सिर्फ हिन्दुओके लिये है, मुसलमान अउसमे किस तरह शरीक हो सकते हैं, तब मुझे मन-ही-मन हसी आती है। क्या मुसलमानोका भगवान हिन्दुओ, पारसियो या असीआओके भगवानसे जुदा है? नहीं, सर्वशक्तिमान और सर्वव्यापी अीश्वर तो अेक ही है। अउसके कअी नाम हैं, और अउसका जो नाम हमें सबसे ज्यादा प्यारा होता है, अउस नामसे हम अउसको याद करते हैं।

“मेरा राम, हमारी प्रार्थनाके समयका राम, वह अैतिहासिक राम नहीं है, जो दशरथका पुत्र और अयोध्याका राजा था। वह तो सनातन, अजन्मा और अद्वितीय राम है। मैं अउसीकी पूजा करता हूँ। अउसीकी मदद चाहता हूँ। आपको भी यही करना चाहिये। वह समान रूपसे सब किसीका है। असलिये मेरी समझमे नहीं आता कि कयो किसी मुसलमानको या दूसरे किसीको अउसका नाम लेनेमे अंतराज होना चाहिये? लेकिन यह कोई जरूरी नहीं कि वह रामके रूपमे ही भगवानको पहचाने —अउसका नाम ले। वह मन-ही-मन अल्लाह या खुदाका नाम भी अस तरह जप सकता है, जिससे अउसमे बेसुरापन न आवे।”

हरिजनसेवक, २८-४-१९४६

राम कौन ?

१

स० — आप कहा करते हैं कि प्रार्थनामें प्रयुक्त रामका आशय दशरथके पुत्र रामसे नहीं। आपका आशय जगन्नियतासे होता है। हमने भलीभांति देखा है कि रामधुनमें ‘राजाराम, सीताराम’, ‘राजाराम, सीताराम’ का कीर्तन होता है। और जयकार भी ‘सीतापति रामचन्द्रकी जय’ का लगता है। मैं विनम्र भावसे पूछता हूँ कि ये सीतापति राम कौन हैं? ये राजाराम कौन हैं? क्या ये दशरथके सुपुत्र राम नहीं हैं?

ज० — रामधुनमें ‘राजाराम’, ‘सीताराम’ अवश्य रटा जाता है। वह दशरथ-नन्दन राम नहीं तो कौन है? तुलसीदासजीने तो इसका उत्तर दिया ही है, तो भी मुझे कहना चाहिये कि मेरी राय कैसे बनी है। रामसे रामनाम बड़ा है। हिन्दू धर्म महासागर है। उसमें अनेक रत्न भरे हैं। जितना गहरे पानीमें जाओ, उतने ज्यादा रत्न मिलते हैं। हिन्दू धर्ममें श्रीश्वरके अनेक नाम हैं। सैकड़ों लोग राम-कृष्णको ऐतिहासिक व्यक्ति मानते हैं, और मानते हैं कि जो राम दशरथके पुत्र माने जाते हैं, वही श्रीश्वरके रूपमें पृथ्वी पर आये और उनकी पूजासे आदमी मुक्ति पाता है। ऐसा ही कृष्णके लिये है। इतिहास, कल्पना और शुद्ध सत्य आपसमें अतिप्रोत हैं कि अन्हें अलग करना लगभग असंभव है। मैंने अपने लिये श्रीश्वरकी सब सजाये रखी हैं। और उन सबमें मैं निराकार, सर्वस्थ रामको ही देखता हूँ। मेरे लिये मेरा राम सीतापति दशरथ-नन्दन कहलाते हूँ भी वह सर्वशक्तिमान श्रीश्वर ही है, जिसका नाम हृदयमें होनेसे मानसिक, नैतिक और भौतिक सब दुखोंका नाश हो जाता है।

२

गांधीजीने आगे कहा “जिस रामके नामको मैं सब बीमारियोंकी रामबाण दवा कहता हूँ, वह राम न तो ऐतिहासिक राम है, और न उन लोगोंका राम है, जो उसका अस्तेमाल जादू-टोनेके लिये करते हैं। सब रोगोंकी रामबाण दवाके रूपमें मैं जिस रामका नाम सुझाता हूँ, वह तो खुद श्रीश्वर ही है, जिसके नामका जप करके भक्तोंने शुद्धि और शान्ति

पाजी है। और मेरा यह दावा है कि रामनाम सभी बीमारियोंकी, फिर वे तनकी हो, मनकी हो या रूहानी हो, अके ही अच्छूक दवा है। जिसमें शक नहीं कि डॉक्टरों या वैद्योंसे शरीरकी बीमारियोंका अलाज कराया जा सकता है। लेकिन रामनाम तो आदमीको खुद ही अपना वैद्य या डॉक्टर बना देता है, और उसे अपनेको अन्दरसे नीरोग बनानेकी सजीवनी हासिल करा देता है। जब कोई बीमारी जिस हद तक पहुँच जाती है कि उसे मिटाना मुमकिन नहीं रहता, उस वक्त भी रामनाम आदमीको उसे शान्त और स्वस्थ भावसे सह लेनेकी ताकत देता है।” अन्होंने और कहा “जिस आदमीको रामनाममें श्रद्धा है, वह जैसे-तैसे अपनी जिन्दगीके दिन बढ़ानेके लिये नामी-नरामी डॉक्टरों और वैद्योंके दरकी खाक नहीं छानेगा और यहाँसे वहाँ मारा-मारा नहीं फिरेगा। रामनाम डॉक्टरों और वैद्योंके हाथ टेक देनेके बाद लेनेकी चीज भी नहीं। वह तो आदमीको डॉक्टरों और वैद्योंके बिना भी अपना काम चला सकनेवाला बनानेकी चीज है। रामनाममें श्रद्धा रखनेवालेके लिये वही उसकी पहली और आखिरी दवा है।”

हरिजनसेवक, २-६-१९४६

१६

दशरथ-नन्दन राम

अक आर्यसमाजी भाजी लिखते हैं :

“जिन अविनाशी रामको आप अीश्वर-स्वरूप मानते हैं, वे दशरथ-नन्दन सीतापति राम कैसे हो सकते हैं? अस दुविधाका मारा मैं आपकी प्रार्थनामें बैठता तो हूँ, लेकिन रामधुनमें हिस्सा नहीं लेता। यह मुझे चुभता है। क्योंकि आपका कहना तो यह है कि सब हिस्सा ले, और यह ठीक भी है। तो क्या आप ऐसा कुछ नहीं कर सकते, जिससे सब हिस्सा ले सके?”

सबके मानी मैं बता चुका हूँ। जो लोग दिलसे हिस्सा ले सके, जो अक सुरमें गा सके, वे ही जिसमें हिस्सा ले, बाकी शान्त रहे। लेकिन यह तो छोटी बात हुई। बड़ी बात तो यह है कि दशरथ-नन्दन राम अविनाशी कैसे हो सकते हैं? यह सवाल खुद तुलसीदासजीने अठाया था और अन्होंने

असिका जवाब भी दिया था। जैसे सवालका जवाब बुद्धिसे नहीं दिया जा सकता — अुससे खुद बुद्धिको भी सन्तोष नहीं होता। यह दिलकी बात है। दिलकी बात दिल ही जाने। गुरुमे मैंने रामको सीतापतिके रूपमे पूजा। लेकिन जैसे-जैसे मेरा ज्ञान और अनुभव बढ़ता गया, वैसे-वैसे मेरा राम अविनाशी और सर्वव्यापी बनता गया, और है। असिका मतलब यह है कि वह सीतापति बना रहा और साथ ही सीतापतिके मानी भी बढ़ गये। ससार ऐसे ही चलता है। जिसका राम दशरथ राजाका ही रहा, अुसका राम सर्वव्यापी नहीं हो सकता, लेकिन सर्वव्यापी रामका बाप दशरथ भी सर्वव्यापी बन जाता है — पिता और पुत्र अेक हो जाते हैं। कहा जा सकता है कि यह सब मनमानी है। 'जैसी जिसकी भावना, वैसा अुसको होय'। दूसरा कोअी चारा मुझे नजर नहीं आता। अगर मूलमे सब धर्म अेक है, तो हम सबका अेकीकरण करना है। वे अलग तो पड़े ही हैं, और अलग मानकर हम अेक-दूसरेको मारते हैं। और जब थक जाते हैं, तो नास्तिक बन जाते हैं, और फिर सिवा 'हम' के न अीश्वर रहता है, न कुछ और। लेकिन जब समझ जाते हैं, तो हम कुछ नहीं रह जाते। अीश्वर ही सब कुछ बन जाता है। वह दशरथ-नन्दन, सीतापति, भरत व लक्ष्मणका भाअी है भी और नहीं भी है। जो दशरथ-नन्दन रामको न मानते हुअे भी सबके साथ प्रार्थनामे बैठते हैं, अुनकी बलिहारी है। यह बुद्धिवाद नहीं। यहां मैं यह बता रहा हू कि मैं क्या करता हू, और क्या मानता हू।

हरिजनसेवक, २२-९-१९४६

१७

मेरा राम कौन ?

आप लोग अुस सर्वशक्तिमान भगवानकी गुलामी मजूर करे। अिससे कोअी मतलब नही कि आप अुसे किस नामसे पुकारते है। तब आप किसी अित्सान या अित्सानोके सामने घुटने नही टेकेगे। यह कहना नादानी है कि मै राम — महज अेक आदमी — को भगवानके साथ मिलाता हू। मैने कअी बार खुलासा किया है कि मेरा राम खुद भगवान ही है। वह पहले था, आज भी मौजूद है, आगे भी हमेशा रहेगा। न कभी वह पैदा हुआ, न किसीने अुसे बनाया। अिसलिये आप जुदा-जुदा धर्मोको बरदाश्त करे और अुनकी अिज्जत करे। मै खुद मूर्तियोंको नही मानता, मगर मै मूर्ति-पूजकोकी अुतनी ही अिज्जत करता हू, जितनी औरोंकी। जो लोग मूर्तियोंको पूजते है, वे भी अुसी अेक भगवानको पूजते है, जो हर जगह है, जो अुगलीसे कटे हुअे नाखूनमे भी है। मेरे अैसे मुसलमान दोस्त है, जिनके नाम रहीम, रहमान, करीम है। जब मै अुन्हे रहीम, करीम और रहमान कहकर पुकारता हू, तो क्या मै अुन्हे खुदा मान लेता हू ?

हरिजनसेवक, २-६-१९४६

१८

अीश्वर कौन और कहां है ?

ब्रह्मचर्य क्या है, यह बताते हुअे मैने लिखा था कि ब्रह्म यानी अीश्वर तक पहुचनेका जो आचार होना चाहिये, वह ब्रह्मचर्य है। लेकिन अितना जान लेनेसे अीश्वरके रूपका पता नही चलता। अगर अुसका ठीक पता चल जाय, तो हम अीश्वरकी तरफ जानेका ठीक रास्ता भी जान सकते है। अीश्वर मनुष्य नही है। अिसलिये वह किसी मनुष्यमे अुतरता है या अवतार लेता है, अैसा कहे तो यह पूरा सत्य नही है। अेक तरहसे अीश्वर किसी खास मनुष्यमे अुतरता है, अैसा कहनेका मतलब सिर्फ अितना ही हो सकता है कि वह मनुष्य अीश्वरके ज्यादा नजदीक है। अुसमे हमे ज्यादा अीश्वरपन दिखाअी देता है। अीश्वर तो सब जगह हाजिर है। वह सबमे मौजूद है।

२२

असललअ हम सब अश्वरके अवतार है। मगर असा कहनेसे कोअी मतलब हल नही होता। राम, कृष्ण वगैराको हम अवतार कहते है, क्योकि अनुमे लोगोने अश्वरके गुण देखे। आखिर तो राम, कृष्ण वगैरा मनुष्यकी खयाली दुनियामे बसते है और असकी खयाली तसवीरे ही है। अतिहासमे अैसे लोग हो गये या नही, असके साथ अिन कल्पनाकी तसवीरोका कोअी सम्बन्ध नही। कअी बार हम अतिहासके राम और कृष्णको ढूढते-ढूढते मुश्किलोमे पड जाते है और हमे कअी तरहकी दलीलोका सहारा लेना पडता है।

सच बात तो यह है कि अश्वर अेक शक्ति है, तत्त्व है, शुद्ध चैतन्य है, सब जगह मौजूद है। मगर हैरानीकी बात यह है कि असा होते हुअे भी सबको असका सहारा या फायदा नही मिलता, या यो कहे कि सब असका सहारा पा नही सकते।

बिजली अेक बडी ताकत है। मगर सब अससे फायदा नही अुठा सकते। असे पैदा करनेका अटल कानून है। असके मुताबिक काम किया जाय, तभी बिजली पैदा की जा सकती है। बिजली जड है, बेजान चीज है। असके अिस्तेमालका कायदा चेतन मनुष्य मेहनत करके जान सकता है। जिस चेतनामय बडी भारी शक्तिको हम अश्वर कहते है, असके अिस्तेमालका भी नियम तो है ही। लेकिन यह चीज बिलकुल साफ है कि अस नियमको ढूढनेके लिअे बहुत ज्यादा मेहनतकी जरूरत है। अेक शब्दमे अस नियमका नाम है ब्रह्मचर्य। ब्रह्मचर्यको पालनेका सीधा रास्ता रामनाम है। यह मै अपने अनुभवसे कह सकता हू। तुलसीदास जैसे भक्त और अृषि-मुनियोने तो वह रास्ता बताया ही है। मेरे अनुभवका कोअी जरूरतसे ज्यादा मतलब न निकाले। रामनाम सब जगह मौजूद रहनेवाली रामबाण दवा है, यह शायद मैने पहले-पहल अुष्ठीकाचनमे ही साफ-साफ जाना था। जो असका पूरा अुपयोग जानता है, असे जगतमे कम-से-कम बाहरी काम करना पडता है। फिर भी असका काम बडे-से-बडा होता है।

अिस तरह विचार करते हुअे मै कहता हू कि ब्रह्मचर्यकी रक्षाके जो नियम माने जाते है, वे तो खेल ही है। सच्ची और अमर रक्षा तो रामनाम ही है। राम जब जीभसे अुतरकर हृदयमे बस जाता है, तभी असका पूरा चमत्कार दिखलाअी देता है। यह अचूक साधन पानेके लिअे अेकादश व्रत तो है ही। मगर कअी साधन अैसे होते है कि अनुमे से कौनसा साधन

और कौनसा साध्य है, यह फर्क करना मुश्किल हो जाता है। अेकादश व्रतोमे से सत्यको ही ले, तो पूछा जा सकता है कि क्या सत्य साधन है और राम साध्य ? या राम साधन है और सत्य साध्य है ?

मगर मैं सीधी बात पर आऊँ। ब्रह्मचर्यका आजका माना हुआ अर्थ ले, तो वह है — जननेद्रिय पर काबू पाना। इस समयका सुनहला रास्ता और उसकी अमर रक्षा रामनाम ही है।

हरिजनसेवक, २२-६-१९४७

१९

रामनाम और कुदरती अिलाज

दूसरी सब चीजोकी तरह मेरी कुदरती अिलाजकी कल्पनाने भी धीरे-धीरे विकास किया है। बरसोसे मेरा यह विश्वास रहा है कि जो मनुष्य अपनेमे अीश्वरका अस्तित्व अनुभव करता है, और इस तरह विकाररहित स्थिति प्राप्त कर चुकता है, वह लम्बे जीवनके रास्तेमे आनेवाली सारी कठिनाअियोको जीत सकता है। मैंने जो देखा और धर्मशास्त्रोमे पढा है, उसके आधार पर मैं इस नतीजे पर पहुँचा हूँ कि जब मनुष्यमे उस अदृश्य शक्तिके प्रति पूर्ण जीवित श्रद्धा पैदा हो जाती है, तब उसके शरीरमे भीतरी परिवर्तन होता है। लेकिन यह सिर्फ अिच्छा करने मात्रसे नहीं हो जाता। इसके लिये हमेशा सावधान रहने और अभ्यास करनेकी जरूरत रहती है। दोनोके होते हुअे भी अीश्वर-कृपा न हो, तो मानव-प्रयत्न व्यर्थ जाता है।

प्रेस रिपोर्ट, १२-६-१९४५

कुदरती अिलाज

कुदरती अिलाज और अपचारका अर्थ है, जैसे अपचार या अिलाज जो मनुष्यके लिये योग्य हो। मनुष्य यानी मनुष्यमात्र। मनुष्यमे मनुष्यका शरीर तो है ही, लेकिन उसमे मन और आत्मा भी है। इसलिये सच्चा कुदरती अिलाज तो रामनाम ही है। इसीलिये रामबाण शब्द निकला है। रामनाम ही रामबाण अिलाज है। मनुष्यके लिये कुदरतने उसीको योग्य माना है। कोअी भी व्याधि हो, अगर मनुष्य हृदयसे रामनाम ले, तो उसकी व्याधि नष्ट होनी चाहिये। रामनाम यानी अीश्वर, खुदा, अल्लाह, गॉड। अीश्वरके अनेक नाम हैं, उनमे से जो जिसे ठीक लगे, उसे वह चुन ले, लेकिन उसमे हार्दिक श्रद्धा हो, और श्रद्धाके साथ प्रयत्न हो। वह कैसे?

जिस चीजका मनुष्य पुतला बना है, उसीसे वह अिलाज ढूँढे। पुतला पृथ्वी, पानी, आकाश, तेज और वायुका बना है। अिन पाच तत्वोंसे जो मिल सके सो ले। उसके साथ रामनाम तो अनिवार्य रूपसे चलता ही रहे। नतीजा यह आता है कि अितना होते हुअे भी शरीरका नाश हो, तो होने दे और हर्षपूर्वक शरीर छोड दे। दुनियामे ऐसा कोअी अिलाज नहीं निकला है, जिससे शरीर अमर बन सके। अमर तो आत्मा ही है। उसे कोअी मार नहीं सकता। उसके लिये शुद्ध शरीर पैदा करनेका प्रयत्न तो सब करे। उसी प्रयत्नमे कुदरती अिलाज अपने आप मर्यादित हो जाता है। और इससे आदमी बड़े-बड़े अस्पतालो और योग्य डॉक्टरों वगैराकी व्यवस्था करनेसे बच जाता है। दुनियाके असख्य लोग दूसरा कुछ कर भी नहीं सकते। और जिसे असख्य नहीं कर सकते, उसे थोडे क्यो करे?

हरिजनसेवक, ३-३-१९४६

रामनाम — रामबाण अिलाज

यह देखकर कि कुदरती अिलाजोमे मैने रामनामको रोग मिटानेवाला माना है और अिस सम्बन्धमे कुछ लिखा भी है, वैद्यराज श्री गणेशशास्त्री जोशी मुझसे कहते हैं कि अिसके सम्बन्धका और अिससे मिलता-जुलता साहित्य आयुर्वेदमे काफी पाया जाता है। रोगको मिटानेमे कुदरती अिलाजका अपना बड़ा स्थान है और अुसमे भी रामनाम विशेष है। यह मानना चाहिये कि जिन दिनो चरक, वाग्भट वगैराने लिखा था, अुन दिनो अीश्वरको रामनामके रूपमे पहचाननेकी रूढि पडी नही थी। अुस समय विष्णुके नामकी महिमा थी। मैने तो बचपनसे रामनामके जरिये ही अीश्वरको भजा है। लेकिन मै जानता हू कि अीश्वरको ॐ नामसे भजो या सस्कृत, प्राकृतसे लेकर अिस देशकी या दूसरे देशकी किसी भी भाषाके नामसे अुसको जपो, परिणाम अेक ही होता है। अीश्वरको नामकी जरूरत नही। वह और अुसका कायदा दोनो अेक ही है। अिसलिअे अीश्वरी नियमोका पालन ही अीश्वरका जप है। अतअेव केवल तात्त्विक दृष्टिसे देखे, तो जो अीश्वरकी नीतिके साथ तदाकार हो गया है, अुसे जपकी जरूरत नही। अथवा जिसके लिअे जप या नामका अुच्चारण सास-अुसासकी तरह स्वाभाविक हो गया है, वह अीश्वरमय बन चुका है। यानी अीश्वरकी नीतिको वह सहज ही पहचान लेता है और सहज भावसे अुसका पालन करता है। जो अिस तरह बरतता है, अुसके लिअे दूसरी दवाकी जरूरत क्या ?

अैसा होने पर भी जो दवाओकी दवा है, यानी राजा दवा है, अुसीको हम कम-से-कम पहचानते हैं। जो पहचानते हैं, वे अुसे भजते नही; और जो भजते हैं, वे सिर्फ जबानसे भजते हैं, दिलसे नही। अिस कारण वे तोतेके स्वभावकी नकल भर करते हैं, अपने स्वभावका अनुसरण नही। अिसलिअे वे सब अीश्वरको 'सर्वरोगहारी' के रूपमे नही पहचानते।

पहचाने भी कैसे ? यह दवा न तो वैद्य अुन्हे देते हैं, न हकीम, और न डॉक्टर। खुद वैद्यो, हकीमो और डॉक्टरोको भी अिस पर आस्था नही। यदि वे बीमारोको घर बैठे गगा-सी यह दवा दे, तो अुनका धन्धा कैसे चले ? अिसलिअे अुनकी दृष्टिमे तो अुनकी पुडिया और शीशी ही रामबाण दवा है। अिस दवासे अुनका पेट भरता है और रोगीको हाथोहाथ फल

भी देखनेको मिलता है। “फला-फलाने मुझको चूरन दिया और मैं अच्छा हो गया।” कुछ लोग ऐसा कहनेवाले निकल आते हैं और वैद्यका व्यापार चल पडता है।

वैद्यो और डॉक्टरोंके रामनाम रटनेकी सलाह देनेसे रोगीका दुख दूर नहीं होता। जब वैद्य खुद अुसके चमत्कारको जानता है, तभी रोगीको भी अुसके चमत्कारका पता चल सकता है। रामनाम पोथीका बैगन नहीं, वह तो अनुभवकी प्रसादी है। जिसने अुसका अनुभव प्राप्त किया है, वही यह दवा दे सकता है, दूसरा नहीं।

वैद्यराजने मुझे चार मन्त्र लिखकर दिये हैं। उनमें चरक अृषिका मन्त्र सीधा और सरल है। अुसका अर्थ यो है

चराचरके स्वामी विष्णुके हजार नामोंमें से एकका भी जप करनेसे सब रोग शान्त होते हैं।

विष्णु सहस्रमूर्धनि चराचरपति विभुम्।

स्तुवन्नामसहस्रेण ज्वरान् सर्वान् व्यपोहति॥

—चरक चिकित्सा, अ० ३-श्लोक ३११

हरिजनसेवक, २४-३-१९४६

२२

सब रोगोंका अिलाज

गाधीजीने कहा — “अगर आप अपने दिलसे डरको दूर कर दें, तो मैं कहूंगा कि आपने मेरी बहुत मदद की। लेकिन वह कौनसी जादूची चीज है, जो आपके अिस डरको भगा सकती है? वह है रामनामका अमोघ मन्त्र। शायद आप कहेंगे कि रामनाममें आपको विश्वास नहीं, आप अुसे नहीं जानते। लेकिन अुसके बगैर आप एक सास भी नहीं ले सकते। अुसे आप चाहे अीश्वर कहिये, अल्लाह कहिये, गॉड कहिये, या अहुरमज्द कहिये। दुनियामे जितने अिन्सान हैं, अुतने ही अुसके बेशुमार नाम हैं। विश्वमें अुसके जैसा दूसरा कोअी नहीं। वही एक महान है, विभु है। दुनियामे अुससे बड़ा और कोअी नहीं। वह अनादि, अनन्त, निरजन और निराकार है। मेरा राम ऐसा है। एक वही मेरा स्वामी और मालिक है।”

गाधीजीने रुधे हुअे कठसे अिस बातका जिक्र किया कि बचपनमे वे बहुत डरपोक थे और परछाहीसे भी डरा करते थे। अुन दिनो अुनकी धाय रभाने अुन्हे डर भगानेके लिये रामनामका मन्त्र सिखाया था। अुन्होने कहा — “रभा मुझसे कहती कि ‘जब डर मालूम हो, रामका नाम लिया करो। वह तुम्हारी रक्षा करेगा’। अुस दिनसे रामनाम सब तरहके डरोके लिये मेरा अचूक सहारा बन गया है।

“राम पवित्र लोगोके दिलमे हमेशा रहता है। जिस तरह बगालमे श्री चैतन्य और श्री रामकृष्णका नाम मशहूर है, अुसी तरह काश्मीरसे कन्या-कुमारी तक हरअेक हिन्दू घर जिनके नामसे वाकिफ है, अुन भक्त-शिरोमणि तुलसीदासने अपने अमर महाकाव्य रामायणमे हमको रामनामका मन्त्र दिया है। अगर आप रामनामसे डर कर चले, तो दुनियामे आपको क्या राजा, क्या रक, किसीसे डरनेकी जरूरत न रह जाय। ‘अल्लाहो अकबर’ की पुकारोसे आपको क्यों डरना चाहिये? अिस्लामका अल्लाह तो बेगुनाहोकी हिफाजत करनेवाला है। पूर्वी बगालमे जो वारदाते हुअी है, अुन्हे पैगम्बर साहबका अिस्लाम मजूर नहीं करता।

“अगर अीश्वरमे आपकी श्रद्धा है, तो किसकी ताकत है कि आपकी औरतो और लडकियोकी अिज्जत पर हाथ डाले? अिसलिये मुझे अुम्मीद है कि आप लोग मुसलमानोसे डरना छोड देगे। अगर आप रामनाममे विश्वास करते है, तो आपको पूर्वी बगाल छोडनेकी बात नहीं सोचनी चाहिये। जहा आप पैदा हुअे और पले-पुसे, वही आपको रहना चाहिये और जरूरत पडने पर बहादुर मर्दों और औरतोकी तरह अपनी आबरूकी हिफाजत करते हुअे वही मर जाना चाहिये। खतरेका सामना करनेके बदले अुससे दूर भागना अुस श्रद्धासे अिनकार करना है, जो मनुष्यकी मनुष्य पर, अीश्वर पर और अपने-आप पर रहती है। अपनी श्रद्धाका अैसा दिवाला निकालनेसे बेहतर तो यह है कि अिन्सान डूब कर मर जाय।

हरिजनसेवक, २४-११-१९४६

कुदरती अिलाजमे रामनाम

प्राकृतिक उपचारकके अिलाजोमे सबसे समर्थ अिलाज रामनाम है। अिसमे अचम्भेकी कोअी बात नही। अेक मशहूर वैद्यने अभी अुस दिन मुझसे कहा था ' मैने अपनी सारी जिन्दगी मेरे पास आनेवाले बीमारोको तरह-तरहकी दवाकी पुडिया देनेमे बिताअी है। लेकिन जब आपने शरीरके रोगोको मिटानेके लिअे रामनामकी दवा बताअी, तब मुझे याद पडा कि चरक और वाग्भट जैसे हमारे पुराने धन्वन्तरियोके वचनोसे भी आपकी बातको पुष्टि मिलती है।' आध्यात्मिक रोगोको (आधियोको) मिटानेके लिअे रामनामके जपका अिलाज बहुत पुराने जमानेसे हमारे यहा होता आया है। लेकिन चूकि बडी चीजमे छोटी चीज भी समा जाती है, अिसलिअे मेरा यह दावा है कि हमारे शरीरकी बीमारियोको दूर करनेके लिअे भी रामनामका जप सब अिलाजोका अिलाज है। प्राकृतिक उपचारक अपने बीमारसे यह नही कहेगा कि 'तुम मुझे बुलाओ तो मै तुम्हारी सारी बीमारी दूर कर दू।' वह तो बीमारको सिर्फ यह बतायेगा कि प्राणीमात्रमे रहनेवाला और सब बीमारियोको मिटानेवाला तत्त्व कौनसा है। किस तरह अुस तत्त्वको जाग्रत किया जा सकता है, और कैसे अुसको अपने जीवनकी प्रेरक शक्ति बनाकर अुसकी मददसे अपनी बीमारियोको दूर किया जा सकता है। अगर हिन्दुस्तान अिस तत्त्वकी ताकतको समझ जाय, तो हम आजाद तो हो ही जाये, लेकिन अुसके अलावा आज हमारा जो देश बीमारियो और कमजोर तबीयतवालोका घर बन बैठा है, वह तन्दुरुस्त और ताकतवर शरीरवाले लोगोका देश बन जाय।

रामनामकी शक्तिकी अपनी कुछ मर्यादा है और अुसके कारगर होनेके लिअे कुछ शर्तोका पूरा होना जरूरी है। रामनाम कोअी जतर-मतर या जादू-टोना नही। जो लोग खा-खा कर खूब मोटे हो गये है, और जो अपने मुटापेकी और अुसके साथ बढनेवाली बादीकी आफतसे बच जानेके बाद फिर तरह-तरहके पकवानोका मजा चखनेके लिअे अिलाजकी तलाशमे रहते है,

अनुके लिये रामनाम किसी कामका नहीं। रामनामका उपयोग तो अच्छे कामके लिये होता है। बुरे कामके लिये हो सकता होता, तो चोर और डाकू सबसे बड़े भक्त बन जाते। रामनाम अनुके लिये है, जो दिलके साफ है और जो दिलकी सफाई करके हमेशा साफ-पाक रहना चाहते हैं। भोग-विलासकी शक्ति या सुविधा पानेके लिये रामनाम कभी साधन नहीं बन सकता। बादीका खिलाज प्रार्थना नहीं, अपवास है। अपवासका काम पूरा होने पर ही प्रार्थनाका काम शुरू होता है, गोकि यह सच है कि प्रार्थनासे अपवासका काम आसान और हलका बन जाता है। इसी तरह एक तरफसे आप अपने शरीरमें दवाकी बोतले झुंडेला करे और दूसरी तरफ मुहसे रामनाम लिया करे, तो वह बेमतलब मजाक ही होगा। जो डॉक्टर बीमारकी बुराअियोंको बनाये रखनेमें या अन्हें सहेजनेमें अपनी होशियारीका उपयोग करता है, वह खुद गिरता है और अपने बीमारको भी नीचे गिराता है।* अपने शरीरको अपने सिरजनहारकी पूजाके लिये मिला हुआ एक साधन समझनेके बदले अुसीकी पूजा करने और अुसको किसी भी तरह बनाये रखनेके लिये पानीकी तरह पैसा बहानेसे बढकर बुरी गत और क्या हो सकती है? अिसके खिलाफ रामनाम रोगको मिटानेके साथ ही साथ आदमीको भी शुद्ध बनाता है और अिस तरह अुसको अूँचा अुठाता है। यही रामनामका अपुयोग है, और यही अुसकी मर्यादा।

हरिजनसेवक, ७-४-१९४६

* हमें शरीरके बदले आत्माके चिकित्सकोकी जरूरत है। अस्पतालो और डॉक्टरोंकी वृद्धि कोअी सच्ची सभ्यताकी निशानी नहीं है। हम अपने शरीरसे जितनी ही कम मोहब्बत करे, अुतना ही हमारे और सारी दुनियाके लिये अच्छा है। — हिन्दी नवजीवन, ६-१०-१९२७

आम लोगोंके लिये अिलाज

“आपको यह जानकर खुशी होगी कि ४० बरससे भी पहले जब मैंने कुनेकी ‘न्यू सायन्स ऑफ हीलिंग’ और जुस्टकी ‘रिटर्न टु नेचर’ नामकी किताबें पढ़ीं, तभीसे मैं कुदरती अिलाजका पक्का हिमायती हो गया था। लेकिन मुझे यह कबूल करना चाहिये कि मैं ‘रिटर्न टु नेचर’ का पूरा-पूरा मतलब नहीं समझ सका हूँ — इसकी वजह मेरी अच्छाईकी कमी नहीं, बल्कि मेरे ज्ञानकी कमी है। अब मैं कुदरती अिलाजका ऐसा तरीका खोजनेकी कोशिश कर रहा हूँ, जो हिन्दुस्तानके करोड़ों गरीबोंको फायदा पहुंचा सके। मैं सिर्फ ऐसे ही अिलाजके प्रचारकी कोशिश करता हूँ, जो मिट्टी, पानी, धूप, हवा और आकाशके अस्तेमालसे किया जा सके। इस अिलाजसे मनुष्यको कुदरतन् यह बात समझमें आ जाती है कि दिलसे भगवानका नाम लेना ही सारी बीमारियोंका सबसे बड़ा अिलाज है। इस भगवानको हिन्दुस्तानके कुछ करोड़ मनुष्य रामके नामसे जानते हैं और दूसरे कुछ करोड़ अल्लाहके नामसे पहचानते हैं। दिलसे भगवानका नाम लेनेवाले मनुष्यका यह फर्ज हो जाता है कि वह कुदरतके अुन नियमोंको समझे और अुनका पालन करे, जो भगवानने मनुष्यके लिये बना दिये हैं। यह दलील हमें इस नतीजे पर पहुंचाती है कि बीमारीका अिलाज करनेसे अुसे रोकना बेहतर है। इसलिये मैं लाजिमी तौर पर लोगोंको सफाईके नियम समझाता हूँ, यानी अुन्हे मन, शरीर और अुसके आसपासके वातावरणकी सफाईका अुपदेश करता हूँ।”

हरिजनसेवक, १५-६-१९४७

रामबाण अुपाय

“आप जो भी कुछ लिखते हैं, मैं बड़े चावसे उसका हरअेक शब्द पढता हूँ। ‘हरिजन’ का नया अक मिलने पर जब तक उसे पूरा न पढ लूँ, मैं रुक नहीं सकता। नतीजा असका यह होता है कि मेरे अन्दर अेक अजीब खुदी पैदा हो जाती है, जो चाहती है कि मैं जिसकी पूजा करूँ, वह मेरी दृष्टिमें पूर्ण हो। कोअी भी अैसी चीज जिस पर विश्वास न जमे, मुझे बेचैन कर देती है। हालमें ही आपने लिखा है कि कुदरती अुपचारमें रामनाम शर्तिया अिलाज है। यह पढकर तो मैं बिलकुल भ्रममें पड गया हूँ। आजके नौजवान अपनी सहनशीलताकी वजहसे आपकी बहुतसी बातोका विरोध करना पसन्द नहीं करते। वे सोचते हैं ‘गाधीजीने हमको अितनी सारी चीजे सिखाअी है, हमें अितना अूँचा अुठाया है कि जिसकी हम कल्पना भी नहीं कर सकते थे। अससे भी बढकर अुन्होंने हमें स्वराज्यके नजदीक पहुँचा दिया है। असलिअे रामनामकी अुनकी अस झकको हमें बरदाश्त कर लेना चाहिये।’

“दूसरी चीजोके साथ आपने कहा है ‘कोअी भी व्याधि हो, अगर मनुष्य हृदयसे रामनाम ले, तो व्याधि नष्ट होनी चाहिये।’ (हरिजनसेवक, ३-३-१९४६)

‘जिस चीजका मनुष्य पुतला बना है, अुसीसे हम अिलाज ढढे। पुतला पृथ्वी, पानी, आकाश, तेज और वायुका बना है। अिन पाँच तत्त्वोसे जो मिल सके सो ले।’ (हरिजनसेवक, ३-३-१९४६)

‘और मेरा दावा है कि शारीरिक रोगोको दूर करनेके लिअे भी रामनाम सबसे बढिया अिलाज है।’ (हरिजनसेवक, ७-४-१९४६)

“पहले-पहल जब कुदरती अुपचारमें आपने अस चीजको दाखिल किया, तो मैंने समझा कि आप श्रद्धाके आधार पर चलनेवाले मानसिक अुपचार (Psycho-Therapy) अथवा क्रिश्चियन-सायन्सको ही दूसरे शब्दोंमें रख रहे हैं। अुपचारकी हरअेक प्रणालीमें अिनका अपना स्थान होता है। अूपरके

अपने पहले अुद्धरणकी मैंने इसी मानीमे व्याख्या की। अुपर दिये हुअे दूसरे वाक्यको समझना कठिन है। आखिरकार अिन पच महाभूतोके बिना, जिनका जिक्र करते हुअे आप कहते हैं कि सिर्फ वही अुपचारके साधन होने चाहिये, दवाअियोंका बनना भी तो नामुमकिन है।

“अगर आप श्रद्धा पर जोर देते हैं, तो मेरा कोअी झगडा नही। रोगीके लिये जरूरी है कि वह अच्छा होनेके लिये श्रद्धा भी रखे। लेकिन यह मान लेना मुश्किल है कि सिर्फ श्रद्धासे ही हमारे शारीरिक रोग भी दूर हो जायगे। दो साल पहले मेरी छोटी लडकीको ‘अिन्फेन्टाअिल पैरेलिसिस’ (Infantile Paralysis) हो गया था। अगर आजके नये तरीकोसे अुसका अिलाज न किया जाता, तो बेचारी हमेशाके लिये पगु हो जाती। आप यह तो मानेंगे कि अेक ढाअी सालके बच्चेको ‘अिन्फेन्टाअिल पैरेलिसिस’ से मुक्त होनेके लिये रामनामका जप बताकर हम अुसकी मदद नही कर सकते, और न अेक माताको अपने बच्चेके लिये अकेले अेक रामनामका ही जप करनेको आप राजी कर सकते हैं।

“२४ मार्चके अकमे आपने चरकका जो प्रमाण दिया है, अुससे मुझे कोअी प्रोत्साहन नही मिलता, क्योकि आपने ही मुझे सिखाया है कि कोअी चीज कितनी ही पुरानी या प्रामाणिक क्यो न हो, अगर दिलको न जचे तो अुसे नही मानना चाहिये।”

नौजवानोके अेक अध्यापक अिस तरह लिखते हैं।

रामनाममे फेथ-हीलिंग (श्रद्धासे अिलाज करने) और क्रिश्चियन-सायन्सके* गुण होते हुअे भी वह अुनसे बिलकुल अलग है। रामनाम लेना तो

* अपनी आखिरी रोजकी बातचीतमे लॉर्ड लोथियनने क्रिश्चियन सायन्स अर्थात् अीसाअी-विज्ञानका जिक्र किया और अुस पर गाधीजीकी राय मांगी। गाधीजीने कहा — “मनुष्यका अीश्वरसे अटूट सम्बन्ध है। अिसलिये मनुष्य जितने ही अशोमे अपने अिस सम्बन्धको पहचानेगा, अुतने ही अशोमे वह पाप और रोगसे मुक्त हो जायगा। श्रद्धासे मनुष्य जो अच्छा हो जाता है, अुसका रहस्य यही है। क्योकि अीश्वर सत्य, स्वास्थ्य और प्रेम है।”

गाधीजीने आगे कहा—“और वह तो वैद्य भी है। मेरा अीसाअी-विज्ञानके साथ कोअी झगडा नही है। मैंने तो बरसो पहले जोहानिसबर्गमे कहा था कि मैं अुस सिद्धान्तको पूरी तरह मान सकता हू। पर बहुतसे अीसाअी-वैज्ञानिकोमे रा-३

अस सचाजीका अक नमूना मात्र है, जिसके लिये वह लिया जाता है। जिस वक्त कोअी आदमी बुद्धिपूर्वक अपने अन्दर ओश्वरका दर्शन करता है, अुसी वक्त वह अपनी शारीरिक, मानसिक और नैतिक सब व्याधियोसे छूट जाता है। यह कहकर कि हमे प्रत्यक्ष जीवनमे कोअी अैसा आदमी नही मिलता, हम असि बयानकी सचाजीको झूठ नही ठहरा सकते। हा, जिन लोगोको ओश्वर पर विश्वास नही हे, अुनके लिये बेशक मेरी दलील बेकार है।

क्रिश्चियन साअिन्टिस्ट, फेथ-हीलर और साअिको-थेरेपिस्ट अगर चाहे, तो रामनाममे छिपी सचाजीकी थोडी गवाही दे सकते हैं। मै दलील देकर पाठकोको ज्यादा नही बता सकता। जिसने कभी चीनी खाओ नही, अुसे कैसे समझाये कि चीनी मीठी होती है? अुसे तो चीनी चखनेके लिये ही कह सकते हैं।

मेरी कोअी श्रद्धा नही है। बौद्धिक विश्वास होना अक बात है, पर किसी चीजको हृदयसे श्रद्धापूर्वक ग्रहण कर लेना दूसरी बात है। मै असि विधानको मजूर करता हू कि रोगमात्र पापका परिणाम है। आदमीको अगर खासी भी आती है, तो वह पापका ही फल है। मेरी अपनी असि खूनके दबाववाली बीमारीका कारण भी अत्यधिक काम और चिन्ताका बोझ ही तो है। पर सवाल यह है कि मैने क्यो अितना काम और चिन्ता की? अत्यधिक काम और जल्दबाजी भी तो पाप ही है। मै यह भी खूब जानता हू कि डॉक्टरोसे बचना भी मेरे लिये पूरी तरह सम्भव था। पर ओसाओ-विज्ञानने शारीरिक स्वास्थ्य और रोगवाले प्रश्नको जो अितना अधिक महत्त्व दे रखा है, वह मेरी समझमे नही आता।”

लॉर्ड लोथियनने कहा—“आदमी अगर अितना मान ले कि रोगमात्र पापका ही फल है तो काफी है। गीतामे भी तो कहा है न कि पचेन्द्रियोके विषयोका मनुष्यको त्याग कर देना चाहिये, क्योकि वे माया है। ओश्वर जीवन, प्रेम और स्वास्थ्य है।”

गाधीजी — “मैने अिसे कुछ दूसरे शब्दोमे रखा है। ओश्वर सत्य” है। क्योकि हमारे धर्मग्रन्थोमे लिखा है कि सिवा सत्यके कुछ है ही नही। असिका अर्थ हुआ ओश्वर जीवन है। और असिलिये मै कहता हू कि सत्य और प्रेम अक ही सिक्केकी दो बाजुअे है। और प्रेम वह जरिया है, जिसके द्वारा हम सत्यको प्राप्त कर सकते हैं, जो कि हमारा ध्येय है।” — हरिजनसेवक, २९-१-१९३८

असि पुण्य-नामका हृदयसे जप करनेके लिये जो जरूरी शर्तें हैं, उन्हें मैं यहां नहीं दोहराऊंगा।

चरकका प्रमाण अन्ही लोगोके लिये फायदेमन्द है, जो रामनाममे श्रद्धा और विश्वास रखते हैं। दूसरे लोगोको हक है कि वे उस पर विचार न करें।

बच्चे गैर-जिम्मेदार होते हैं। बेशक रामनाम उनके लिये नहीं है। वे तो मा-बापकी दया पर जीनेवाले बेबस जीव हैं। अिससे हमें पता चलता है कि मा-बापकी बच्चोके और समाजके प्रति कितनी भारी जिम्मेदारी है। मैं उन मा-बापोको जानता हूँ, जिन्होंने अपने बच्चोके रोगोके बारेमें लापरवाही की है, और यहां तक समझ लिया है कि हमारे रामनाम लेनेसे ही वे अच्छे हो जायेंगे।

आखिरमें, सब दवाअिया पच महाभूतोसे बनी हैं, यह दलील देना विचारोकी अराजकता जाहिर करता है। मैंने सिर्फ अिसलिये उसकी तरफ अिसारा किया है कि वह दूर हो जाय।

हरिजनसेवक, २८-४-१९४६

२६

आयुर्वेद और कुदरती उपचार

अीश्वरकी स्तुति और सदाचारका प्रचार हर तरहकी बीमारीको रोकनेका अच्छे-से-अच्छा और सस्ते-से-सस्ता अिलाज है। मुझे अिसमें जरा भी शक नहीं। अफसोस अिस बातका है कि वैद्य, हकीम और डॉक्टर अिस सस्ते अिलाजका अुपयोग ही नहीं करते। बल्कि हुआ यह है कि अुनकी किताबोमें अिस अिलाजकी कोअी जगह ही नहीं रही, और कही है तो अुसने जन्तर-मन्तरकी शकल अख्तियार करके लोगोको वहमके कुअेमें ढकेला है। अीश्वरकी स्तुति या रामनामको वहमसे कोअी निस्वत नहीं। यह कुदरतका सुनहला कानून है। जो अिस पर अमल करता है, वह बीमारीसे बचा रहता है। जो अमल नहीं करता, वह बीमारियोसे घिरा रहता है। तन्दुरुस्त रहनेका जो कानून है, वही बीमार होनेके बाद बीमारीसे छुटकारा पानेका भी कानून है। सवाल यह होता है कि जो रामनाम जपता है और नेकचलनीसे रहता है,

अुसको बीमारी हो ही क्यों? सवाल ठीक ही है। आदमी स्वभावसे ही अपूर्ण है। समझदार आदमी पूर्ण बननेकी कोशिश करता है। लेकिन पूर्ण वह कभी बन नहीं पाता, अिसलिये अनजाने गलतिया करता है। सदाचारमे अीश्वरके बनाये सभी कानून समा जाते हैं, लेकिन अुसके सब कानूनोंको जानने-वाला सपूर्ण पुरुष हमारे पास नहीं है। मसलन्, अेक कानून यह है कि हृदसे ज्यादा काम न किया जाय। लेकिन कौन बतावे कि यह हृद कहा खतम होती है? यह चीज तो बीमार पडने पर ही मालूम होती है। मिताहार और युक्ताहार यानी कम और जरूरतके मुताबिक खाना कुदरतका दूसरा कानून है। कौन बतावे कि अिसकी हृद कब लाघी जाती है? मैं कैसे जानू कि मेरे लिये युक्ताहार क्या है? अैसी तो कभी बाते सोची जा सकती हैं। अिस सबका निचोड यही है कि हर आदमीको अपना डॉक्टर खुद बनकर अपने अूपर लागू होनेवाले कानूनका पता लगा लेना चाहिये। जो अिसका पता लगा सकता है और अुस पर अमल कर सकता है, वह १२५ बरस जीयेगा ही।

श्री वल्लभराम वैद्य पूछते हैं कि मामूली मसाले और पाक वरैरा चीजे कुदरती अिलाजमे शुमार की जा सकती है या नहीं? यह अेक बडे कामका सवाल है। डॉक्टर दोस्तोका यह दावा है कि वे पूरी तरह कुदरती अिलाज करनेवाले हैं। क्योंकि दवाये जितनी भी हैं, सब कुदरतने ही बनायी हैं। डॉक्टर तो अुनकी नयी मिलावटे भर करते हैं। अिसमे बुरा क्या है? अिस तरह हर चीज पेश की जा सकती है। मैं तो यही कहूंगा कि रामनामके सिवा जो कुछ भी किया जाता है, वह कुदरती अिलाजके खिलाफ है। अिस मध्यबिन्दुसे हम जितने दूर हटते हैं, अुतने ही असल चीजसे दूर जा पडते हैं। अिस तरह सोचते हुअे मैं यह कहूंगा कि पाच महाभूतोंका असल अुपयोग कुदरती अिलाजकी हृद है। अिससे आगे बढनेवाला वैद्य अपने अिर्द-गिर्द जो दवाये अुगती हो या अुगायी जा सके, अुनका अिस्तेमाल सिर्फ लोगोंके भलेके लिये करे, पैसे कमानेके लिये नहीं, तो वह भी कुदरती अिलाज करनेवाला कहला सकता है। अैसे वैद्य आज कहा है? आज तो वे पैसा कमानेकी होडा-होडीमे पडे हैं। छानबीन और खोज-अीजाद कोअी करता नहीं। अुनके आलस और लोभकी वजहसे आयुर्वेद आज कगाल बन गया है।

हरिजनसेवक, १९-५-१९४६

अरुलीकांचनमे

पहले ही दिन गावके बाहर सामूहिक प्रार्थना की गयी और दूसरी जगहोकी तरह यहा भी सबके अेक साथ रामधुन गानेका रिवाज शुरू किया गया। प्रार्थनामे जो भजन गाया गया था, उसका आधार लेकर गाधीजीने वहा आये हुअे गावके लोगोके सामने शरीरकी बीमारियोको मिटानेवाली बढियासे बढिया कुदरती दवाके रूपमे रामनाम पेश किया “अभी हमने जो भजन गाया, उसमे भक्त कहता है ‘हरि। तुम हरो जनकी पीर।’ यानी हे भगवान तू अपने भक्तोका दुख दूर कर। असिमे जिस दुखकी बात कही गयी है, वह सब तरहके दुखोसे सम्बन्ध रखती है। मन या तनकी किसी खास बीमारीकी चर्चा असिमे नही है।” फिर गाधीजीने लोगोको कुदरती अिलाजकी सफलताके नियम बताये “रामनामके प्रभावका आधार असि बात पर है कि आपकी असिमे सजीव श्रद्धा है या नही। अगर आप गुस्सा करते है, सिर्फ शरीरकी हिफाजतके लिअे नही, बल्कि मौज-शौकके लिअे खाते और सोते है, तो समझिये कि आप रामनामका सच्चा अर्थ नही जानते। असि तरह जो रामनाम जपा जायगा, असिमे सिर्फ होठ हिलेगे, दिल पर असका कोअी असर न होगा। रामनामका फल पानेके लिअे आपको जपते समय असिमे लीन हो जाना चाहिये, और असका प्रभाव आपके जीवनके तमाम कामोमे दिखायी पडना चाहिये।”

पहले बीमार

दूसरे दिन सुबहसे बीमार आने लगे। कोअी ३० होंगे। गाधीजीने अुनमे से पाच या छहको देखा और अुन सबकी बीमारीके प्रकारको देखकर थोडे हेरफेरके साथ सबको अेकसे ही अिलाज सुझाये। मसलन्, रामनामका जप, सूर्यस्नान, बदनको जोरसे रगडना या घिसना, कटिस्नान, दूध, छाछ, फल, फलोका रस और पीनेके लिअे साफ और ताजा पानी। शामकी प्रार्थना-सभामे अुन्होंने अपने विषयको समझाते हुअे कहा “सचमुच यह पाया गया है कि मन और शरीरकी तमाम आधि-व्याधियोका अेक ही समान कारण है। असिलिअे

अनु सबका अेक ही आम^१ अिलाज भी हो, तो अुसमे अचरजकी कोअी बात नहीं। रोगोकी तरह अिलाज भी अेक ही ढगके हो सकते हैं। असलअे आज सुबह मेरे पास जितने बीमार आये थे, अनु सबको मैंने रामनामके साथ करीब-करीब अेकसा ही अिलाज सुझाया था। लेकिन अपने रोजमरकि जीवनमे जब शास्त्र हमे अनुकूल नहीं होते, तो हम अनुके वचनोका मन-चाहा अर्थ निकालकर अपना काम चला लेते हैं। मनुष्यने अस कलाका अच्छा विकास कर लिया है। हमने अपने मन पर अेक अैसे भ्रम या वहमको सवार होने दिया है कि शास्त्रोका अपुयोग सिर्फ असलअे है कि अगले जन्ममे जीवका आध्यात्मिक कल्याण हो और धर्मका पालन असलअे करना है कि मरनेके बाद पुण्यकी यह कमाअी काम आ सके। मेरा मत अैसा नहीं है। अगर अस जीवनके व्यवहारमे धर्मका कोअी अपुयोग न हो, तो अगले जन्ममे मुझे अुससे क्या निस्वत हो सकती है?

“अस दुनियामे बिरला ही कोअी अैसा होगा, जो शरीर और मनकी सभी बीमारियोसे बिलकुल बरी हो। तन और मनकी कुछ बीमारिया तो अैसी हैं, जिनका अस दुनियामे कोअी अिलाज ही नहीं। जैसे, अगर शरीरका कोअी अग खडित हो गया हो, तो अुसको फिरसे पैदा कर देनेका चमत्कार रामनाममे कहासे आये? लेकिन अुसमे अससे भी बडा चमत्कार कर दिखानेकी ताकत है। वह अग-भग या बीमारियोके बावजूद सारी जिन्दगी अटूट शान्तिके* साथ बितानेकी शक्ति देता है और अुमर पूरी होने पर जिस जगह सबको जाना पडता है, वहा जानेकी बारी आने पर मौतके दुखको और चिताकी विजयके डरको मिटा देता है, यह क्या कोअी छोटा-मोटा चमत्कार है? जब आगे-पीछे मौत आने ही वाली है, तो वह कब आयेगी, अस फिकरमे हम पहलेसे ही क्यों मरे?”

कुदरती अिलाजके मूल तत्त्व

“मनुष्यका भौतिक शरीर पृथ्वी, पानी, आकाश, तेज और वायु नामके पांच तत्वोसे बना है, जो पच महाभूत कहलाते हैं। अिनमे से तेज तत्व शरीरको शक्ति पहुचाता है। आत्मा अुसको चैतन्य प्रदान करती है।

* रामनाम जैसी शान्ति प्रदान करनेवाली दूसरी कोअी शक्ति नहीं है। — प्रेस रिपोर्ट, १०-१-१९४६

“अिन सबमे सबसे जरूरी चीज हवा है। आदमी बिना खाये कभी हफ्तो तक जी सकता है, पानीके बिना भी वह कुछ घण्टे बिता सकता है, लेकिन हवाके बिना तो कुछ ही मिनटोमे उसकी देहका अन्त हो सकता है। इसीलिअे अीश्वरने हवाको सबके लिअे सुलभ बनाया है। अन्न और पानीकी तगी कभी-कभी पैदा हो सकती है, हवाकी कभी नहीं। अैसा होते हुअे भी हम बेवकूफोकी तरह अपने घोरोके अन्दर खिडकी और दरवाजे बन्द करके सोते हैं और अीश्वरकी प्रत्यक्ष प्रसादी-सी ताजी और साफ हवासे फायदा नहीं अुठाते। अगर चोरोका डर लगता है, तो रातमे अपने घोरोके दरवाजे और खिडकिया बन्द रखिये, लेकिन खुद अपनेको अुनमे बन्द रखनेकी क्या जरूरत है ?

“साफ और ताजी हवा पानेके लिअे आदमीको खुलेमें सोना चाहिये। लेकिन खुलेमे सोकर धूल और गन्दगीसे भरी हवा लेनेका कोअी मतलब नहीं। असलिअे आप जिस जगह सोये, वहा धूल और गन्दगी नहीं होनी चाहिये। धूल और सरदीसे बचनेके लिअे कुछ लोग सिरसे पैर तक ओढ लेनेके आदी होते हैं। यह तो बीमारीसे भी बदतर अिलाज हुआ। दूसरी बुरी आदत मुहसे सास लेनेकी है। नथनोकी राह फेफडोमे पहुचनेवाली हवा छनकर साफ हो जाती है, और अुसे जितना गरम होना चाहिये अुतनी गरम भी वह हो लेती है।

“जो आदमी जहा चाहे वहा और जिस तरह चाहे अुस तरह थूक कर, कूडा-करकट डालकर या गन्दगी फैलाकर या दूसरे तरीकोसे हवाको गन्दी करता है, वह कुदरतका और मनुष्योका गुनहगार है। मनुष्यका शरीर अीश्वरका मंदिर है। अुस मन्दिरमे जानेवाली हवाको जो गन्दी करता है, वह मन्दिरको भी बिगाडता है। अुसका रामनाम लेना फजूल है।”

अुरुळीकांचनमें कुदरती उपचार

कुदरती उपचारके दो पहलू है अेक अीश्वरकी शक्ति यानी रामनामसे दर्द मिटाना और दूसरा, अैसे अुपाय करना कि दर्द पैदा ही न हो सके। मेरे साथी लिखते है कि काचन गावके लोग गावको साफ रखनेमे मदद देते है। जिस जगह शरीर-सफाअी, घर-सफाअी और ग्राम-सफाअी हो, युक्ताहार हो और योग्य व्यायाम हो, वहा कम-से-कम बीमारी होती है। और अगर चित्तशुद्धि भी हो, तो कहा जा सकता है कि बीमारी असम्भव हो जाती है। रामनामके बिना चित्तशुद्धि नहीं हो सकती। अगर देहातवाले अितनी बात समझ जाय, तो वैद्य, हकीम या डॉक्टरकी जरूरत न रह जाय।

काचन गावमे गाये नामको ही है। अिसे मै कमनसीबी मानता हू। कुछ भैसे है, लेकिन मेरे पास जितने प्रमाण है, वे बताते है कि गाय सबसे ज्यादा अुपयोगी प्राणी है। गायका दूध भी खानेमे आरोग्यप्रद है और गायका जो अुपयोग किया जा सकता है, वह भैंसका कभी नहीं किया जा सकता। मरीजोके लिये तो वैद्य लोग गायके दूधका ही अुपयोग बतलाते है। अिसलिये मै अुम्मीद रखूंगा कि काचनवासी अुरुळीमे गायोका अेक जूथ रखेगे, जिससे सब लोगोको गायका ताजा और साफ दूध मिल सके। सेहत अच्छी रखनेके लिये दूधकी बहुत ज्यादा जरूरत रहती है।

कुदरती अुपचारके गर्भमे यह बात रही है कि मानव-जीवनकी आदर्श रचनामे देहातकी या शहरकी आदर्श रचना आ ही जाती है और अुसका मध्यबिन्दु तो अीश्वर ही हो सकता है।

हरिजनसेवक, २६-५-१९४६

गरीबोंके लिये कुदरती अिलाज

कुदरती अुपचारमे जीवन-परिवर्तनकी बात आती है। यह कोजी वैद्यकी दी हुआ पुडिया लेनेकी बात नहीं है, और न अस्पताल जाकर मुफ्त या फीस देकर दवा लेने या अुसमे रहनेकी ही बात है। जो मुफ्त दवा लेता है, वह भिक्षुक बनता है। जो कुदरती अुपचार करता है, वह कभी भी भिक्षुक नहीं बनता। वह अपनी प्रतिष्ठा बढाता है और अच्छा बननेका अुपाय खुद ही कर लेता है। वह अपने शरीरमे से जहर निकालकर अैसी कोशिश करता है कि जिससे दुबारा बीमार न पड सके।

कुदरती अिलाजमे मध्यबिन्दु तो रामनाम ही है न? रामनामसे आदमी सब रोगोसे सुरक्षित बनता है। शर्त यह है कि नाम भीतरसे निकलना चाहिये। और, रामनामके भीतरसे निकलनेके लिये नियम-पालन जरूरी हो जाता है। अुस हालतमे मनुष्य रोग-रहित होता है। अिसमे न कष्टकी बात है, न खर्चकी। मोसम्बी खाना अुपचारका अनिवार्य अग नहीं है।

पथ्य खाना — युक्ताहार लेना — अवश्य अनिवार्य अग है। हमारे देहात हमारी तरह ही कगाल है। देहातमे साग-सब्जी, फल, दूध वगैरा पैदा करना कुदरती अिलाजका खास अग है। अिसमे जो वक्त खर्च होता है, वह व्यर्थ तो जाता ही नहीं, बल्कि अुससे सभी देहातियोको और आखिरकार सारे हिन्दुस्तानको लाभ होता है।

हरिजनसेवक, २-६-१९४६

कुदरती अिलाज और आधुनिक अिलाज

मेरा कुदरती अिलाज तो सिर्फ गाववालोके और गावोके लिअे ही है। असिलिअे अुसमे खुर्दबीन, अेक्सरे वगैराकी कोअी जगह नही। और न कुदरती अिलाजमे कुनैन, अेमिटिन, पेनिसिलिन-जैसी दवाअियोंकी ही गुजाअिश है। अुसमे अपनी सफाअी, घरकी सफाअी, गावकी सफाअी और तन्दुरुस्तीकी हिफाजतका पहला स्थान है। और अितना करना काफी है। असकी तहमे खयाल यह है कि अगर हर आदमी अस कलामे निष्णात हो सके, तो कोअी बीमारी ही न हो। और, बीमारी आ जाय तो अुसे मिटानेके लिअे कुदरतके सभी कानूनो पर अमल करनेके साथ साथ रामनाम ही असल अिलाज है। यह अिलाज सार्वजनिक या आम नही हो सकता। जब तक खुद अिलाज करनेवालेमें रामनामकी सिद्धि न आ जाय, तब तक रामनाम-रूपी अिलाजको अेकदम आम नही बनाया जा सकता। लेकिन पचमहाभूतोमे से यानी पृथ्वी, पानी, आकाश, तेज और हवामे से जितनी शक्ति ली जा सके, अुतनी लेकर रोग मिटानेकी यह अेक कोशिश है, और मेरे खयालमे कुदरती अिलाज यही खतम हो जाता है। असिलिअे आजकल अुरुळीकाचनमे जो प्रयोग चल रहा है, वह गाववालोको तन्दुरुस्तीकी हिफाजत करनेकी कला सिखाने और बीमारोकी बीमारीको पचमहाभूतोकी मददसे मिटानेका प्रयोग है। जरूरत मालूम होने पर अुरुळीमे मिलनेवाली जडी-बूटियोंका अिस्तेमाल किया जा सकता है, और पथ्य-परहेज तो कुदरती अिलाजका जरूरी हिस्सा है ही।

हरिजनसेवक, ११-८-१९४६

पश्चिमकी ओर नजर न रखे

हमें अपना यह वहम दूर करना होगा कि जो कुछ करना है, उसके लिये पश्चिमकी तरफ नजर दौड़ाने पर ही आगे बढ़ा जा सकता है। अगर कुदरती अिलाज सीखनेके लिये पश्चिम जाना पड़े, तो मैं नहीं मानता कि वह अिलाज हिन्दुस्तानके कामका होगा। यह अिलाज, तो सबके घरमे मौजूद है। हमेशा कुदरती अिलाज करनेवालेकी राय लेनेकी जरूरत भी न रहनी चाहिये। वह अितनी आसान चीज है कि हरअेक आदमीको उसे सीख लेना चाहिये। अगर रामनाम लेना सीखनेके लिये विलायत जाना जरूरी हो, तब तो हम कहीके भी न रहे। रामनामको मैंने अपनी कल्पनाके कुदरती अिलाजकी बुनियाद माना है। इसी तरह यह सहज ही समझमे आने लायक है कि पृथ्वी, पानी, आकाश, तेज और वायुके अिलाजके लिये समुद्र पार जानेकी जरूरत हो ही नहीं सकती। दूसरा जो कुछ सीखना है वह यही है — गावोमे मौजूद है। देहाती दबाये, जडी-बूटिया, दूसरे देशोमे नहीं मिलेगी। वे तो आयुर्वेदमे ही हैं। अगर आयुर्वेदवाले धूर्त हो, तो पश्चिम जाकर आनेसे वे कुछ भले नहीं बन जायगे। शरीर-शास्त्र पश्चिमसे आया है। सब कोअी कबूल करेगे कि अुसमे से बहुत कुछ सीखने लायक है। लेकिन अुसे सीखनेके बहुतसे जरिये इस मुल्कमे मिल सकते हैं। मतलब यह कि पश्चिममे जो कुछ अच्छा है, वह ऐसा है और होना चाहिये कि सब जगह मिल सके। साथ ही, यहा यह भी कह देना जरूरी है कि कुदरती अिलाज सीखनेके लिये यह बिलकुल जरूरी नहीं कि शरीर-शास्त्र सीखा ही जाय।

कुने, जुस्ट, फादर क्नेअिप वगैरा लोगोने जो लिखा है, सो सबके लिये है और सब जगहोके लिये है। वह सीधा है। अुसे जानना हमारा धर्म है। कुदरती अिलाज जाननेवालोके पास अुसकी थोडी-बहुत जानकारी होती है, और होनी चाहिये। कुदरती अिलाज अभी गावोमे तो दाखिल हुआ ही नहीं है। अुस शास्त्रमे हम गहरे पँठे ही नहीं हैं। करोडोको ध्यानमे रखकर अुस पर सोचा नहीं गया है। अभी वह शुरू ही हुआ है। आखिर वह कहा जाकर स्केगा, सो कोअी कह नहीं सकता। सभी शुभ साहसोकी तरह अुसके पीछे भी तपकी ताकत जरूरी है। नजर पश्चिमकी ओर न जाय, बल्कि अपने अन्दर जाय।

हरिजनसेवक, २-६-१९४६

कुदरतके नियम

स० — आपके सुझावके मुताबिक रामनामका — सच्चिदानन्दके नामका — मेरा जप चालू है। और उससे मेरी क्षयकी बीमारीमे सुधार भी होने लगा है। यह सही है कि साथमे डॉक्टरों अलाज भी चल रहा है। लेकिन आप कहते हैं कि युक्ताहार और मिताहारसे मनुष्य बीमारियोंसे दूर रहकर अपनी उमर बढ़ा सकता है। मैं तो पिछले २५ बरससे मिताहारी रहता आया हूँ, फिर भी आज ऐसी बीमारीका भोग बना हुआ हूँ। असे क्या पहले जन्म या अिस जन्मकी कमनसीबी कहा जाय ?

आप यह भी कहते हैं कि मनुष्य १२५ बरस जी सकता है। स्वर्गीय महादेवभाषीकी आपको बड़ी जरूरत थी, यह जानते हुअे भी भगवानने अुन्हे अुठा लिया। युक्ताहारी और मिताहारी महादेवभाषी आपको अीश्वर-स्वरूप मानकर जीते थे, फिर भी वे खूनके दबावकी बीमारी (ब्लड-प्रेसर) के शिकार बनकर सदाके लिये चल बसे। भगवानका अवतार माने जानेवाले रामकृष्ण परमहंस क्षय जैसी कैंसरकी खतरनाक बीमारीके शिकार होकर कैसे मर गये ? वे भी कैंसरका सामना क्यों न कर सके ?

ज० — मैं तो स्वास्थ्यकी हिफाजतके जो नियम खुद जानता हूँ वही बताता हूँ। लेकिन मिताहार या युक्ताहार किसे माना जाय, यह हरअेक आदमीको जानना चाहिये। अिस बारेमे जिसने बहुतसा साहित्य पढा हो और बहुत विचार किया हो, वह खुद भी अिसे जान सकता है। लेकिन अिसके यह मानी नहीं कि अैसा ज्ञान या जानकारी शुद्ध और पूरी है। अिसीलिये कुछ लोग जिन्दगीको प्रयोगशाला कहते हैं। कअी लोगोके तजरबोको अिकट्ठा करना चाहिये और अुनमे से जानने लायक बातको लेकर आगे बढ़ना चाहिये। लेकिन अैसा करते हुअे अगर कामयाबी न मिले, तो भी किसीको दोष नहीं दिया जा सकता। खुदको भी दोषी नहीं कहा जा सकता। नियम गलत है, यह कहनेकी भी अेकदम हिम्मत न करनी चाहिये। लेकिन अगर हमारी बुद्धिको कोअी नियम गलत मालूम हो, तो सही नियम कौनसा है यह बतानेकी ताकत अपनेमे पैदा करके अुसका प्रचार करना चाहिये।

आपकी क्षयकी बीमारीके कभी कारण हो सकते हैं। यह भी कौन कह सकता है कि पच महाभूतोका आपने जरूरतके मुताबिक अपुयोग किया या नहीं? अिसलिअे जहा तक मै कुदरतके नियमोको जानता हू और अुन्हे सही मानता हू, वहा तक मै तो आपसे यही कहूंगा कि कहीं-न-कहीं पच महाभूतोका अपुयोग करनेमे आपने भूल की है। महादेव और राम-कृष्ण परमहसके बारेमे आपने जो शका अुठाअी, अुसका जवाब भी मेरी अूपरकी बातमे आ जाता है। कुदरतके नियमको गलत कहनेके बजाय यह कहना ज्यादा युक्तिसगत मालूम होता है कि अिन्होने भी कहीं-न-कहीं भूल की होगी। नियम कोअी मेरा बनाया हुआ नहीं है, वह तो कुदरतका नियम है, कअी अनुभवी लोगोने अिसे कहा है। और अिसी बातको मानकर मै चलनेकी कोशिश करता हू। आखिरकार मनुष्य अपूर्ण प्राणी है। और कोअी अपूर्ण मनुष्य अिसे कैसे जान सकता है? डॉक्टर अिसे नहीं मानते। मानते भी है तो अुसका दूसरा अर्थ करते है। अिसका मुझ पर कोअी असर नहीं होता। नियमकी अैसी ताअीद करने पर भी मेरे कहनेका यह मतलब नहीं होता, न निकाला जाना चाहिये कि अिससे अूपरके किसी व्यक्तिका महत्व कम होता है।

हरिजनसेवक, ४-८-१९४६

३३

विश्वास-चिकित्सा* और रामनाम

अेक दोस्त अुलाहना देते हुअे लिखते है

“क्या आपका कुदरती अिलाज और विश्वास-चिकित्सा कुछ मिलती-जुलती चीजे है? बेशक मरीजको अिलाजमे श्रद्धा तो होनी चाहिये, लेकिन कअी अैसे अिलाज है जो सिर्फ विश्वाससे ही रोगीको अच्छा कर देते है, जैसे, माता (चेचक), पेटका दर्द वगैरा बीमारियोंके। शायद आप जानते हो कि माताका, खासकर दक्षिणमे,^१ कोअी अिलाज नहीं किया जाता। अिसे सिर्फ अीश्वरकी माया-मान लिया जाता है।

* जिस अिलाजकी नीव विश्वास पर हो।

१ मद्रास राज्य।

हम मरिअम्मा देवीकी पूजा करते हैं और बहुतसे रोगी अच्छे हो जाते हैं। यह चीज अंक करामात-सी लगती है। जहाँ तक पेट-दर्दकी बात है, बहुतसे लोग तिरुपतिमें देवीकी मन्त्रते मानते हैं। अच्छे होने पर उसकी मूर्तिके हाथ-पाव धोते हैं, और दूसरी मानी हुअी मन्त्रते पूरी करते हैं। मेरी ही माकी मिसाल लीजिये। अुनको पेटमें दर्द रहता था। पर तिरुपति हो आनेके बाद अुनकी वह तकलीफ दूर हो गयी।

“कृपा करके इस बात पर रोशनी डालिये और यह भी कहिये कि कुदरती अिलाज पर भी लोग ऐसा ही विश्वास क्यों न रखे? अिससे डॉक्टरोंका बार-बारका खर्च बच जायगा, क्योंकि चॉसरके कहनेके मुताबिक डॉक्टरका तो काम ही है कि वह दवाअी बेचनेवालेसे मिलकर बीमारको हमेशा बीमार बनाये रखे।”

जो मिसाले अूपर दी गयी है, वे न तो कुदरती अिलाजकी ही है, और न रामनामकी ही, जिसको मैंने अिसमें शामिल किया है। अुनसे यह पता जरूर चलता है कि कुदरत बहुतसे रोगियोंको बिना किसी अिलाजके भी अच्छा कर देती है। ये मिसाले यह भी दिखाती है कि हिन्दुस्तानमें वहम हमारी जिन्दगीका कितना बड़ा हिस्सा बन गया है। कुदरती अिलाजका मध्यबिन्दु यानी रामनाम तो वहमका दुश्मन है। जो बुराअी करनेसे अिज्ञकते नहीं, वे रामनामका नाजायज फायदा अुठायेगे। पर वे तो हर चीज या हर अुसूलके साथ ऐसा ही करेंगे। खाली जबानसे रामनाम रटनेसे अिलाजका कोअी सम्बन्ध नहीं। अगर मैं ठीक समझा हूँ, तो जैसा कि लेखकने बताया है, विश्वास-चिकित्सामें यह माना जाता है कि रोगी अन्ध-विश्वाससे अच्छा हो जाता है। यह मानना तो अीश्वरके नामकी हसी अुडाना है। रामनाम सिर्फ कल्पनाकी चीज नहीं, अुसे तो दिलसे निकलना है। परमात्मामें ज्ञानके साथ विश्वास हो और अुसके साथ-साथ कुदरतके नियमोंका पालन किया जाय, तभी किसी दूसरी मददके बिना रोगी बिलकुल अच्छा हो सकता है। अुसूल यह है कि शरीरकी सेहत तभी बिलकुल अच्छी हो सकती है, जब मनकी सेहत पूरी-पूरी ठीक हो। और मन पूरा-पूरा ठीक तभी होता है, जब दिल पूरा-पूरा ठीक हो। यह वह दिल नहीं, जिसे डॉक्टर छाती जाचनेके यत्र (स्टेथोस्कोप) से देखते हैं, बल्कि वह दिल है जो अीश्वरका घर है। कहा जाता है कि अगर कोअी अपने अन्दर परमात्माको पहचान ले, तो अेक भी गन्दा या फजूल खयाल मनमें नहीं आ सकता।

जहा विचार शुद्ध हो, वहा बीमारी आ ही नहीं सकती। ऐसी हालतको पहुचना शायद कठिन हो, पर जिस बातको समझ लेना सेहतकी पहली सीढ़ी है। दूसरी सीढ़ी है, समझनेके साथ-साथ कोशिश भी करना। जब किसीके जीवनमें यह बुनियादी परिवर्तन आता है, तो उसके लिये स्वाभाविक हो जाता है कि वह उसके साथ-साथ कुदरतके अनु तमाम कानूनोंका पालन भी करे, जो आज तक मनुष्यने ढूढ निकाले है। जब तक अनुकी अपेक्षा की जाय, तब तक कोअी यह नहीं कह सकता कि उसका हृदय पवित्र है। यह कहना गलत न होगा कि अगर किसीका हृदय पवित्र है, तो उसकी सेहत रामनाम न लेते हुअे भी अतनी ही अच्छी रह सकती है। बात सिर्फ यह है कि सिवा रामनामके पवित्रता पानेका और कोअी तरीका मुझे मालूम नहीं। दुनियामें हर जगह पुराने अृषि भी इसी रास्ते पर चले हैं। और वे तो भगवानके बन्दे थे, कोअी वहमी या ढोगी आदमी नहीं।

अगर इसीका नाम 'क्रिश्चियन सायन्स' है, तो मुझे कुछ कहना नहीं है। मैं यह थोडे ही कहता हू कि रामनाम मेरी ही शोध है। जहा तक मैं जानता हू, रामनाम तो अीसाअी धर्मसे भी पुराना है।

अेक भाअी पूछते हैं कि क्या रामनाममे ऑपरेशनकी अिजाजत नहीं ? क्यों नहीं ? अेक टाग अगर दुर्घटनामे कट गअी है, तो रामनाम अुसे थोडे ही वापस ला सकता है। लेकिन बहुतसी हालतोमे ऑपरेशन जरूरी नहीं होता। मगर जहा जरूरी हो वहा करवा लेना चाहिये। सिर्फ अितनी बात है कि अगर भगवानके किसी बन्देका हाथ-पाव जाता रहे, तो वह इसकी चिन्ता नहीं करेगा। रामनाम कोअी अटकलपच्चू तजवीज नहीं है, और न कोअी कामचलाअू चीज ही।

हरिजनसेवक, ९-६-१९४६

रामनामके बारेमें भ्रम

अेक मित्र लिखते हैं

“आपने रामनामसे मलेरियाका अिलाज सुझाया। मेरी मुश्किल यह है कि जिस्मानी बीमारियोंके लिये रूहानी ताकत पर भरोसा करना मेरी समझसे बाहर है। मैं पक्की तरहसे यह भी नहीं जानता कि आया मुझे अच्छा होनेका हक भी है या नहीं। और क्या ऐसे वक्त जब मेरे देशवाले अितने दुःखमें पड़े हैं, मेरा अपनी मुक्तिके लिये प्रार्थना करना ठीक होगा? जिस दिन मैं रामनाम समझ जाऊंगा, उस दिन मैं अुनकी मुक्तिके लिये प्रार्थना करूंगा। नहीं तो मैं अपने-आपको आजसे ज्यादा खुदगरज महसूस करूंगा।”

मैं मानता हू कि यह दोस्त सत्यके सच्चे तलाश करनेवाले हैं। अुनकी अिस मुश्किलकी खुल्लमखुल्ला चर्चा मैंने अिसलिये की है कि अुन जैसे बहुतांकी मुश्किले अिसी तरहकी हैं।

दूसरी ताकतोकी तरह रूहानी ताकत भी मनुष्यकी सेवाके लिये है। सदियोंसे थोड़ी-बहुत सफलताके साथ शारीरिक रोगोंकी ठीक करनेके लिये अुसका अुपयोग होता रहा है। अिस बातको छोड़ भी दें, तो भी अगर जिस्मानी बीमारियोंके अिलाजके लिये कामयाबीके साथ अुसका अिस्तेमाल हो सकता हो, तो अुसका अुपयोग न करना बहुत बड़ी गलती है। क्योंकि आदमी जड़ तत्त्व भी हैं और आ मा भी हैं। और, अिन दोनोंका अेक-दूसरे पर असर होता है। अगर आप मलेरियासे बचनेके लिये कुनैन लेते हैं, और अिस बातका खयाल भी नहीं करते कि करोडोंको कुनैन नहीं मिलती, तो आप अुस अिलाजके अिस्तेमालसे क्यों अिनकार करते हैं जो आपके अन्दर है? क्या सिर्फ अिसलिये कि करोडों अपने अज्ञानके कारण अुसका अिस्तेमाल नहीं करते? अगर करोडों अनजाने या हो सकता है जान-बूझकर भी गन्दे रहे, तो क्या आप अपनी सफाई और सेहतका ध्यान छोड़ देंगे? सखावतकी गलत कल्पनाके कारण अगर आप साफ नहीं रहेगे, तो गन्दे और बीमार रहकर आप अुन्हीं करोडोंकी सेवाका फर्ज भी अपने अूपर नहीं ले सकेंगे। और यह बात तो पक्की है कि आत्माका रोगी या गन्दा होना (अुसे अच्छी और साफ रखनेसे अिनकार करना) बीमार और गन्दा शरीर रखनेसे भी बुरा है।

मुक्तिका अर्थ यही है कि आदमी हर तरहसे अच्छा रहे। फिर आप अच्छे क्यों न रहे? अगर अच्छे रहेंगे, तो दूसरोको अच्छा रहनेका रास्ता दिखा सकेंगे, और इससे भी बढ़कर अच्छे होनेके कारण आप दूसरोकी सेवा कर सकेंगे। लेकिन अगर आप अच्छे होनेके लिये पेनिसिलिन लेते हैं, हालांकि आप जानते हैं कि दूसरोको वह नहीं मिल सकती, तो जरूर आप सरासर खुदगर्ज बनते हैं।

मुझे पत्र लिखनेवाले अिन दोस्तकी दलीलमे जो गडबडी है वह साफ है।

हां, यह जरूर है कि कुनैनकी गोली या गोलिया खा लेना रामनामके उपयोगके ज्ञानको पानेसे ज्यादा आसान है। कुनैनकी गोलिया खरीदनेकी कीमतसे इसमे कहीं ज्यादा मेहनत पड़ती है। लेकिन यह मेहनत अिन करोड़ोंके लिये अुठानी चाहिये, जिनके नाम पर और जिनके लिये लेखक रामनामको अपने हृदयसे बाहर रखा चाहते हैं।

हरिजनसेवक, १-९-१९४६

३५

बेचैन बना देनेवाली बात

जब कुछ महीनोकी गैरहाजिरीके बाद गांधीजी सेवाग्राम-आश्रममे लौटे, तो देखा कि आश्रमके अेक सेवककी दिमागी हालत खराब हो गयी है। जब वे पहली बार आश्रममे आये थे, तब भी अुनकी हालत अैसी ही थी। यह पागलपनका दूसरा हमला था। अुनकी हालत अितनी खराब हो गयी कि अुन्हे सभालना मुश्किल हो गया, इसलिये अुनके बारेमे फौरन ही कुछ फैसला कर लेनेकी जरूरत पैदा हो गयी। इसलिये वधकि सरकारी अस्पतालके बड़े डॉक्टरकी यानी सिविल सर्जनकी सलाह पूछी गयी। अुन्होंने कहा कि वे वधकि सरकारी सिविल अस्पतालमे तो बीमारको रख नहीं सकेंगे, लेकिन अगर अुन्हे जेलके अस्पतालमे रखा जाय, तो वे अुनकी सार-सभाल कर सकेंगे और थोडा-बहुत अिलाज भी करेंगे। इसलिये बीमारकी और आश्रमकी भलाअीके खयालसे अुनको जेल भेजना पडा। गांधीजीके लिये यह चीज बहुत ही दुःखदायी हो गयी। इसने अुन्हे

बेचैन बना दिया। लेकिन दूसरा कोजी रास्ता भी न था। अन्होने आश्रम-वालोके सामने अपनी परेशानीका जिक्र किया। वे बोले—“ये भाभी अक्के सेवक है। पिछले साल तन्दुरुस्त होनेके बाद वे आश्रमके बगीचेका काम देखते थे और दवाखानेका हिसाब रखते थे। वे लगनके साथ अपना काम करते और अुसीमे मगन रहते थे। फिर अुन्हे मलेरिया हो गया और अुसके लिअे अुनको कुनैनका अिजेक्शन दिया गया, क्योकि खाने या पीनेके बजाय सूअीके जरिये कुनैन लेनेसे वह सीधी खूनमे मिल जाती है और जल्दी असर करती है। अिन भाअीका यह खयाल हो गया है कि अिजेक्शन अुनके दिमागमे चढ गया है, और अुसीका दिमाग पर अितना बुरा असर हुआ है। आज सुबह जब मै अपने कमरेमे बैठा काम कर रहा था, तो मैने देखा कि वे बाहर खडे चिल्ला रहे हैं और हवामे अधर-अुधर हाथ अुछालते हुअे घूम रहे हैं। मै बाहर निकलकर अुनके साथ घूमने लगा। अससे वे शान्त हुअे। लेकिन जैसे ही मै अुनसे अलग होकर अपनी जगह पर लौटा, वे फिर अपने दिमागका तौल खो बैठे और किसीके बसके न रहे। जब वे बिफरते हैं तो किसीकी बात नही सुनते। अिसीलिअे अुनको जेल भेज देना पडा।

“कुदरती तौर पर मुझे अिस खयालसे तकलीफ होती है कि हमे अपने ही अेक सेवकको जेलमे भेजना पडा है। अिस पर कोअी मुझसे पूछ सकता है—‘आप दावा करते हैं कि रामनाम सब रोगोका रामबाण अिलाज है, तो फिर आपका वह रामनाम कहा गया?’ सच है कि अिस मामलेमे मै नाकाम रहा हू, फिर भी मै कहता हू कि रामनाममे मेरी श्रद्धा ज्यो की त्यो बनी हुअी है। रामनाम कभी नाकाम नही हो सकता। नाकामीका मतलब तो यही है कि हममे कही कोअी खामी है। अिस नाकामीकी वजहको हमे अपने अन्दर ही ढूढना चाहिये।”

हरिजनसेवक, १-९-१९४६

नाम-साधनाकी निशानियां

रामनाम जिसके हृदयसे निकलता है, उसकी पहचान क्या है? अगर हम अतना न समझ ले, तो रामनामकी फजीहत हो सकती है। वैसे भी होती तो है ही। माला पहनकर और तिलक लगाकर रामनाम बडबडाने-वाले तो बहुत मिलते हैं। कही मैं उनकी सख्याको बढा तो नहीं रहा हूँ? यह डर ऐसा-वैसा नहीं है। आजकलके मिथ्याचारमे क्या करना चाहिये? क्या चुप रहना ही ठीक नहीं? हो सकता है यही ठीक हो। लेकिन बनावटी चुपसे कोअी फायदा नहीं। जीते-जागते मौनके लिये तो बडी भारी साधनाकी जरूरत है। उसके अभावमे हृदयगत रामनामकी पहचान क्या? इस पर हम गौर करे।

अेक वाक्यमे कहा जाय तो रामके भक्त और गीताके स्थितप्रज्ञमे कोअी भेद नहीं। ज्यादा गहरे अुतरे तो हम देखेगे कि रामभक्त पच महाभूतोका सेवक होगा। वह कुदरतके कानून पर चलेगा, जिसलिये अुसे किसी तरहकी बीमारी होगी ही नहीं। होगी भी तो वह अुसे पच महाभूतोकी मददसे अच्छी कर लेगा। किसी भी अुपायसे भौतिक दुख दूर कर लेना शरीरी — आत्मा — का काम नहीं, शरीरका काम भले हो। जिसलिये जो शरीरको ही आत्मा मानते हैं, जिनकी दृष्टिमे शरीरसे अलग शरीरधारी आत्मा जैसा कोअी तत्त्व नहीं, वे तो शरीरको टिकाये रखनेके लिये सारी दुनियामे भटकेंगे। लका भी जायेंगे। जिससे अुलटे, जो यह मानता है कि आत्मा देहमे रहते हुअे भी देहसे अलग है, हमेशा कायम रहनेवाला तत्त्व है, अनित्य शरीरमें बसता है, शरीरकी संभाल तो रखता है, पर शरीरके जानेसे घबराता नहीं, दुखी नहीं होता और सहज ही अुसे छोड देता है, वह देहधारी डॉक्टर-वैद्योके पीछे नहीं भटकता। वह खुद ही अपना डॉक्टर बन जाता है। सब काम करते हुअे भी वह आत्माका ही खयाल रखता है। वह मूच्छामे से जागे हुअे मनुष्यकी तरह बरताव करता है।

ऐसा मनुष्य हर सासके साथ रामनाम जपता रहता है। वह सोता है तो भी उसका राम जागता है। खाते-पीते, कुछ भी काम करते हुअे राम तो उसके साथ ही रहेगा। जिस साथीका खो जाना ही मनुष्यकी सच्ची मृत्यु है।

अस रामको अपने पास रखनेके लिये या अपने-आपको रामके पास रखनेके लिये वह पंच महाभूतोकी मदद लेकर सन्तोष मानेगा। यानी वह मिट्टी, हवा, पानी, सूरजकी रोशनी और आकाशका सहज, साफ और व्यवस्थित तरीकेसे अस्तेमाल करके जो पा सकेगा उसमे सन्तोष मानेगा। यह उपयोग रामनामका पूरक नहीं, पर रामनामकी साधनाकी निशानी है। रामनामको अिन मददगारोकी जरूरत नहीं। लेकिन असके बदले जो अेकके बाद दूसरे वैद्य-हकीमोके पीछे दौड़े और रामनामका दावा करे, उसकी बात कुछ जचती नहीं।

अेक ज्ञानीने तो मेरी बात पढकर यह लिखा है कि रामनाम अैसा कीमिया है, जो शरीरको बदल डालता है। वीर्यको अिकट्ठा करना दबा कर रखे हुअे धनके समान है। उसमे से अमोघ शक्ति पैदा करनेवाला तो रामनाम ही है। खाली सग्रह करनेसे तो घबराहट होती है। किसी भी समय उसका पतन हो सकता है। लेकिन जब रामनामके स्पर्शसे वह वीर्य गतिमान होता है, अध्वगामी (अपर जानेवाला) बनता है, तब उसका पतन नामुमकिन हो जाता है।

शरीरके पोषणके लिये शुद्ध खून जरूरी है। आत्माके पोषणके लिये शुद्ध वीर्यशक्तिकी जरूरत है। अिसे दिव्य शक्ति कह सकते हैं। यह शक्ति सारी अिन्द्रियोकी शिथिलताको मिटा सकती है। अिसीलिये कहा है कि रामनाम हृदयमे बैठ जाय, तो नयी जिन्दगी शुरू होती है। यह कानून जवान, बूढ़े, मर्द, औरत सबको लागू होता है।

पश्चिममे भी यह खयाल पाया जाता है। क्रिश्चियन-सायन्स नामका सम्प्रदाय बिल्कुल यही नहीं, तो करीब-करीब अिसी तरहकी बात कहता है। लेकिन मै मानता हू कि हिन्दुस्तानको अैसे सहारेकी जरूरत नहीं, क्योकि हिन्दुस्तानमे तो यह दिव्य विद्या पुराने जमानेसे चली आ रही है।

हरिजनसेवक, २९-६-१९४७

सर्वधर्म-समभाव

मेरे पास सवालो और गुस्से भरे पत्रोंकी झड़ी लगी रहती है। पूछा जाता है आप अपनेको मुसलमान क्यों कहते हैं? आप ऐसा क्यों मानते हैं कि राम और रहीममे कोई फर्क नहीं है? आपने यहा तक कैसे कह डाला कि कलमा पढ़नेमे आपको कोई अंतराज नहीं है? आप पजाब क्यों नहीं जाते? क्या आप बुरे हिन्दु नहीं हैं? क्या आप पाचवी कतारके नहीं हैं? क्या आपकी अहिंसा हिन्दुओंको डरपोक और बुजदिल नहीं बना रही है? अंक लिफाफा मेरे नाम आया, जिस पर मोहम्मद गांधी लिखा था।

गांधीजीने धीरज और शान्तिके साथ लोगोंको समझाया “कुछ लोगोंके पापोंके लिये इस्लामको क्यों और कैसे दोष दिया जा सकता है? मैं सनातनी हिन्दू होनेका दावा करता हूँ। और चूँकि हिन्दू धर्मका निचोड़ और सचमुच दुनियाके सारे धर्मोंका निचोड़ सर्वधर्म-समभाव है, मेरा यह दावा है कि अगर मैं अच्छा हिन्दू हूँ, तो मैं अच्छा मुसलमान और अच्छा ईसायी भी हूँ। अपनेको या अपने धर्मको दूसरोंसे ऊँचा माननेका दावा करना धर्म-भावनाके खिलाफ है। नम्रता अहिंसाकी जरूरी शर्त है। क्या हिन्दू धर्मग्रन्थोंमें यह नहीं कहा गया है कि ईश्वरके हजार नाम हैं? तो रहीम उनमें से एक क्यों नहीं हो सकता? कलमा सिर्फ भगवानकी तारीफ करता है और मोहम्मदको उसका पैगम्बर मानता है। जैसे मैं बुद्ध, जयसुत और ईसाको मानता हूँ, वैसे ही ईश्वरकी तारीफ करनेमें और मोहम्मदको पैगम्बर माननेमें मुझे कोई हिचकिचाहट नहीं है।”

हरिजन, २७-४-१९४७

३८

सच्ची रोशनी

मुझे अफसोस है कि आज हिन्दुस्तानमें रामराज्य नहीं है। जिसलिअे हम दिवाली कैसे मना सकते हैं? वही आदमी जिस विजयकी खुशी मना सकता है, जिसके दिलमें राम है। क्योंकि भगवान ही हमारी आत्माको रोशनी दे सकता है, और ऐसी ही रोशनी सच्ची रोशनी है। आज जो भजन गाया गया, उसमें कविकी भगवानको देखनेकी अच्छा पर जोर दिया गया है। लोगोकी भीड़ दिखावटी रोशनी देखने जाती है, लेकिन आज हमें जिस रोशनीकी जरूरत है वह तो प्रेमकी रोशनी है। हमारे दिलोंमें प्रेमकी रोशनी पैदा होनी चाहिये। सभी सब लोग बधाबिया पाने लायक बन सकते हैं। आज हजारो-लाखो लोग भयानक दुःख भोग रहे हैं। क्या आप लोगोमें से हरअेक अपने दिल पर हाथ रखकर यह कह सकता है कि हर दुःखी आदमी या औरत — फिर वह हिन्दू, सिक्ख या मुसलमान कोअी भी हो — मेरा सगा भाअी या बहन है? यही आपकी कसौटी है। राम और रावण भलाअी और बुराअीकी ताकतोंके बीच हमेशा चलनेवाली लड़ाअीके प्रतीक हैं। सच्ची रोशनी भीतरसे पैदा होती है।

हरिजनसेवक, २३-११-१९४७

३९

अवसानसे अेक दिन पहले

[२ फरवरी, १९४८ को श्री किशोरलालभाअीको गांधीजीके हाथका लिखा हुआ अेक पोस्ट कार्ड मिला, जिसकी नकल नीचे दी जाती है।

नोट — श्री शकरन हिन्दुस्तानी तालीमी सघ, सेवाग्राममें शिक्षक है।

यहां 'किया' क्रियाका सम्बन्ध गांधीजीकी 'करो या मरो' की प्रतिज्ञासे है, जो अुन्होंने दिल्ली पहुंचने पर ली थी।

'दोनोको आशीर्वाद' का मतलब है — श्री किशोरलालभाअीको और अुनकी पत्नी श्री गोमतीबहनको।

— सम्पादक]

५४

“राम ! राम ! ”

५५

“नजी दिल्ली, २९-१-’४८

“चि० किशोरलाल,

“आज प्रार्थनाके बाद मैं अपना सारा समय पत्र लिखनेमें बिता रहा हूँ। शकरनजीकी लडकीके मरनेके समाचार यहाँ भेजकर तुमने ठीक किया। मैंने अतुलको पत्र लिख दिया है। मेरे वहाँ (सेवाग्राम) आनेकी बातको अभी अनिश्चित समझना चाहिये। वहाँ ता० ३ से ता० १२ तक रहनेकी बात मैं चला रहा हूँ। अगर यह कहा जाय कि दिल्लीमें मैंने ‘किया’ है, तो प्रतिज्ञा-पालनके लिये मेरा यहाँ रहना अब जरूरी नहीं है। जिसका आधार यहाँके मेरे साथियों पर है। शायद कल निश्चय किया जा सकेगा। मेरे आनेका मकसद एक तो जिस पर विचार करना है कि रचनात्मक काम करनेवाली सारी संस्थाएँ एक हो सकती हैं या नहीं, और दूसरे, जमनालालकी पुण्यतिथि मनाना है। मुझमें ठीक शक्ति आ रही है। जिस बार किडनी और लिवर दोनों बिगड़े हैं। मेरी दृष्टिसे यह रामनाममे मेरे विश्वासके कच्चेपनकी वजहसे है।

दोनोंको आशीर्वाद ”

हरिजनसेवक, ८-२-१९४८

४०

“राम ! राम ! ”

जब गांधीजी प्रार्थना-सभाके बीचसे रस्सियोंसे घिरे रास्तेमें चलने लगे, तो अन्होंने प्रार्थनामें शामिल होनेवाले लोगोंके नमस्कारोका जवाब देनेके लिये लडकियोंके कन्धोंसे अपने हाथ अठा लिये। अकाअक भीडमें से कोअी दाहिनी ओरसे भीडको चीरता हुआ अुस रास्ते पर आया। छोटी मनुने यह सोचा कि वह आदमी बापूके पाव छूनेको आगे बढ रहा है। जिसलिये अुसने अुसे अैसा करनेके लिये झिडका, क्योकि प्रार्थनाके लिये पहले ही ढेर हो चुकी थी। अुसने रास्तेमें आनेवाले आदमीका हाथ पकडकर अुसे रोकनेकी कोशिश की। लेकिन अुसने जोरसे मनुको धक्का दिया, जिससे अुसके हाथकी आश्रम-भजनावली, माला और बापूका पीकदान नीचे गिर गये। ज्यो ही वह बिखरी हुअी चीजोको अुठानेके लिये झुकी, वह आदमी बापूके सामने

खड़ा हो गया — अतना नजदीक खड़ा था कि पिस्तोलसे निकली हुअी गोलीका खोल बादमे बापूके कपडोकी पर्तमे अलझा हुआ मिला। सात कारतूसोवाली ऑटोमेटिक पिस्तोलसे जल्दी-जल्दी तीन गोलिया छूटी। पहली गोली नाभीसे ढाअी अिच अूपर और मध्यरेखासे साढे तीन अिच दाहिनी तरफ पेटकी दाहिनी बाजूमे लगी। दूसरी गोली मध्यरेखासे अेक अिचकी दूरी पर दाहिनी तरफ घुसी और तीसरी गोली छातीकी दाहिनी तरफ लगी। पहली और दूसरी गोली शरीरको पार करके पीठ पर बाहर निकल आअी। तीसरी गोली अुनके फेफडेमे ही रुकी रही। पहले वारमे अुनका पाव, जो गोली लगनेके वक्त आगे बढ रहा था, नीचे आ गया। दूसरी गोली छोडी गअी, तब तक वे अपने पावो पर ही खडे थे। और अुसके बाद वे गिर गये। अुनके मुहसे आखिरी शब्द “राम! राम!” निकले।

हरिजनसेवक, १५-२-१९४८

४१

प्रार्थना-प्रवचनोंमें से

रामनाम — अुसके नियम और अनुशासन

गाधीजीने कहा रामनाम आदमीको बीमारीमे मदद कर सकता है, लेकिन अुसके कुछ नियम और अनुशासन हैं। कोअी जरूरतसे ज्यादा खाना खाकर ‘रामनाम’ जपे और फिर भी अुसे पेटका दर्द हो, तो वह गाधीको दोष नहीं दे सकता। रामनामका अुचित ढगसे अुपयोग किया जाय तभी अुससे लाभ होता है। कोअी आदमी रामनाम जपे और लूटपाट मचावे, तो वह मोक्षकी आशा नहीं कर सकता। वह सिर्फ अुन्हीके लिअे है, जो आत्मशुद्धिके लिअे अुचित अनुशासन पालनेके लिअे तैयार हैं।

— बम्बअी, १५-३-’४६

सबसे असरकारक अिलाज

अुरुळीकाचनकी प्रार्थना-सभामे भाषण करते हुअे गाधीजीने कहा . रामधुन शारीरिक और मानसिक बीमारियोंके लिअे सबसे असरकारक अिलाज है। कोअी डॉक्टर या वैद्य दवा देकर बीमारी अच्छी करनेका वचन नहीं

दे सकता। लेकिन अगर आप भगवानसे प्रार्थना करे, तो वह आपके दुःखों और चिंताओंको जरूर मिटा सकता है। लेकिन प्रार्थनाको असरकारक बनानेके लिये हमें सच्चे दिलसे रामधुनमें भाग लेना चाहिये, और तभी हमें शांति और सुखका अनुभव हो सकता है।

असके अलावा, दूसरी शर्त भी है, जिन्हे पूरा करना जरूरी है। हमें अचित्त खुराक लेना चाहिये, काफी सोना चाहिये और कभी गुस्सा नहीं करना चाहिये। सबसे पहली बात तो यह है कि हमें कुदरतके साथ मेल साध कर रहना चाहिये और उसके नियमोंका पालन करना चाहिये।

— पूना, २२-३-'४६

तैयारी जरूरी

प्रार्थनाके बाद सभामें भाषण करते हुअे गांधीजीने कहा आमानदार स्त्री-पुरुषोंने मुझे कहा है कि पूरी-पूरी कोशिश करने पर भी वे यह नहीं कह सकते कि वे दिलसे रामनाम लेते हैं। अन्हें मेरा जवाब यह है कि वे कोशिश करते रहे और अपार धीरज रखे। अक लडकेको डॉक्टर बननेके लिये कम-से-कम १६ सालका कठिन अभ्यास जरूरी होता है। तब फिर रामनामको दिलमें बसानेके लिये कितना ज्यादा समय जरूरी होना चाहिये।

— नयी दिल्ली, २०-४-'४६

भीतरी और बाहरी पवित्रता

जो आदमी रामनाम जपकर अपनी अन्तरात्माको पवित्र बना लेता है, वह बाहरी गन्दगीको बरदाश्त नहीं कर सकता। अगर लाखों-करोड़ों लोग सच्चे हृदयसे रामनाम जपे, तो न तो दगे — जो सामाजिक रोग है — हो और न बीमारी हो। दुनियामें रामराज्य कायम हो जाय।

— नयी दिल्ली, २१-४-'४६

रामनामका दुष्योग

आज प्रार्थनाके बादके भाषणमें गांधीजीने कुदरती अिलाजका जिक्र किया। यानी तन, मन और आत्माकी बीमारियोंको खास तौर पर रामनामकी मददसे मिटानेके बारेमें समझाया। अक भाअीने लिखा था कि कुछ लोग अन्ध-विश्वासकी वजहसे कपडों पर रामनाम छपवा लेते हैं, और अन्हें अपने

बदन पर, खासकर छाती पर पहनते-ओढ़ते हैं। दूसरे कुछ लोग कागजके टुकड़ों पर झारीक अक्षरोंमें करोड़ोंकी तादादमें रामनाम लिखते हैं और अन्हें काट-काटकर अउनकी छोटी-छोटी गोलिया अिस खयालसे निगल जाते हैं कि अिस तरह वे यह दावा कर सकेंगे कि रामनाम अुनके दिलमें छप गया है। अेक और भाअीने अुनसे पूछा था कि क्या अुन्होंने रामनामको सब तरहकी बीमारियोंका अेक ही रामबाण अिलाज कहा है? और क्या अुनके ये राम अीश्वरके अवतार और अयोध्याके राजा दशरथके पुत्र थे? कुछ अैसे भी लोग हैं, जो मानते हैं कि गाधीजी खुद भुलावेमें पड़े हुअे हैं और अन्ध-विश्वासोसे भरे अिस देशके हजारों अन्ध-विश्वासोमें अेक और अन्ध-विश्वास बढाकर दूसरोको भी भुलावेमें डालनेकी कोशिश कर रहे हैं। गाधीजीने कहा “अिस तरहकी टीकाका मेरे पास कोअी जवाब नही है। मैं तो अपने दिलसे यह कहता हू कि अगर लोग सचाअीका दुरुपयोग करते हैं और धोखा-धडीसे काम लेते हैं, तो मैं अुसकी परवाह क्यों करूँ? जब तक मुझे अपनी सचाअीका पक्का भरोसा है, मैं अिस डरसे अुसका अैलान करनेसे रुक कैसे सकता हू कि लोग अुसे गलत समझेंगे या अुसका गलत अिस्तेमाल करेंगे? अिस दुनियामें अैसा कोअी नही है, जिसने पूरी-पूरी सचाअीको जाना हो। यह तो सिर्फ अेक अीश्वरका ही विशेषण है। हम सब तो सिर्फ सापेक्ष सत्यको ही जानते हैं। अिसलिअे जिसे हम जानते हैं, अुसीके मुताबिक हम अपना बरताव रख सकते हैं। अिस तरह सचाअीका पालन करनेसे कोअी कभी गुमराह नही हो सकता।”

—नअी दिल्ली, २४-५-’४६

रामनाम कैसे लें ?

आजके अपने भाषणमें गाधीजीने बताया कि किस तरह अिन्सानको सतानेवाली तीनों तरहकी बीमारियोंके लिअे अकेले रामनामको ही रामबाण अिलाज बनाया जा सकता है। अुन्होंने कहा “अिसकी पहली शर्त तो यह है कि रामनाम दिलके अन्दरसे निकलना चाहिये। लेकिन अिसका मतलब क्या? लोग अपनी शारीरिक बीमारियोंका अिलाज खोजनेके लिअे दुनियाके आखिरी छोर तक जानेसे भी नही थकते, जब कि मन और आत्माकी बीमारियोंके सामने ये शारीरिक बीमारिया बहुत कम महत्त्व रखती हैं। मनुष्यका भौतिक

शरीर तो आखिर अक दिन मिटने ही वाला है। उसका स्वभाव ही है कि वह हमेशाके लिये रह ही नहीं सकता। और तिस पर भी लोग अपने अन्दर रहनेवाली अमर आत्माको भुलाकर असीका ज्यादा प्यार-दुलार करते हैं। रामनाममे श्रद्धा रखनेवाला आदमी अपने शरीरको ऐसे झूठे लाड नहीं लडायेगा, बल्कि उसे अश्वरकी सेवा करनेका एक जरिया-भर समझेगा। उसको इस तरहका माकूल जरिया बनानेके लिये रामनामसे बढ़कर दूसरी कोजी चीज नहीं।

“रामनामको हृदयमे अकित करनेके लिये अनन्त धीरजकी जरूरत है। इसमे युग-के-युग लग सकते हैं, लेकिन यह कोशिश करने जैसी है। इसमे कामयाबी भी भगवानकी कृपासे ही मिल सकती है।

“जब तक आदमी अपने अन्दर और बाहर सचाही, अमानदारी और पवित्रताके गुणोंको नहीं बढ़ाता, तब तक उसके दिलसे रामनाम नहीं निकल सकता। हम लोग रोज शामकी प्रार्थनामे स्थितप्रज्ञका वर्णन करनेवाले श्लोक पढ़ते हैं। हममे से हरअक आदमी स्थितप्रज्ञ बन सकता है, बशर्ते कि वह अपनी अिन्द्रियोंको अपने काबूमे रखे और जीवनको सेवामय बनानेके लिये ही खाये, पीये और मौज-शौक या हसी-विनोद करे। मसलन्, अगर अपने विचारो पर आपका कोजी काबू नहीं है और अगर आप अक तग अधेरी कोठरीमे अुसकी तमाम खिडकिया और दरवाजे बन्द करके सोनेमे कोजी हर्ज नहीं समझते और गन्दी हवा लेते हैं या गन्दा पानी पीते हैं, तो मैं कहूंगा कि आपका रामनाम लेना बेकार है।

“लेकिन इसका यह मतलब नहीं कि चूकि आप जितने चाहिये अुतने पवित्र नहीं हैं, इसलिये आपको रामनाम लेना छोड देना चाहिये। क्योकि पवित्र बननेके लिये भी रामनाम लेना लाभकारी है। जो आदमी दिलसे रामनाम लेता है, वह आसानीसे अपने-आप पर काबू रख सकता है और अनुशासनमे रह सकता है। उसके लिये तन्दुरुस्ती और सफाईके नियमोका पालन करना सहल हो जायगा। अुसकी जिन्दगी सहज भावसे बीत सकेगी — अुसमे कोजी विषमता न होगी। वह किसीको सताना या दुख पहुंचाना पसन्द नहीं करेगा। दूसरोके दुखोको मिटानेके लिये, अुन्हें राहत पहुंचानेके लिये, खुद तकलीफ अुठा लेना अुसकी आदतमे आ जायगा और अुसको हमेशाके लिये अक अमिट सुखका लाभ मिलेगा — अुसका मन अक शाश्वत और अमर सुखसे भर जायगा।

असलिये मैं कहता हूँ कि आप इस कोशिशमें लगे रहिये और जब तक काम करते हैं तब तक सारा समय मन-ही-मन रामनाम लेते रहिये। इस तरह करनेसे अंक दिन ऐसा भी आयेगा, जब रामनाम आपका सोते-जागतेका साथी बन जायगा और इस हालतमें आप श्रीश्वरकी कृपासे तन, मन और आत्मासे पूरे-पूरे स्वस्थ और तन्दुरुस्त बन जायगे।”

—नयी दिल्ली, २५-५-'४६

मौन विचारकी शक्ति

आजकी प्रार्थना-सभामें गांधीजीने कहा “आप सब मेरे साथ रामनाम लेने या रामनाम लेना सीखनेके लिये रोज रोज अिन प्रार्थना-सभाओंमें आते रहे हैं। लेकिन रामनाम सिर्फ ज़बानसे नहीं सिखाया जा सकता। मुहसे निकले बोलके मुकाबले दिलका मौन विचार कहीं ज्यादा ताकत रखता है। अंक सच्चा विचार सारी दुनिया पर छा सकता है — उसे प्रभावित कर सकता है। वह कभी बेकार नहीं जाता। विचारको बोल या कामका ज़ामा पहनानेकी कोशिश ही उसकी ताकतको सीमित कर देती है। ऐसा कौन है जो अपने विचारको शब्द या कार्यमें पूरी तरह प्रकट करनेमें कामयाब हुआ हो?”

आगे चलकर गांधीजीने कहा “आप यह पूछ सकते हैं कि अगर ऐसा है, तो फिर आदमी हमेशाके लिये मौन ही क्यों न ले ले? असूलकी दृष्टिसे तो यह संभव है, लेकिन जिन शर्तोंके मुताबिक मौन विचार पूरी तरह क्रियाकी जगह ले सकते हैं, उन शर्तोंको पूरा करना बहुत मुश्किल है। मैं खुद अपने विचारों पर इस तरहका पूरा-पूरा काबू पा लेनेका कोई दावा नहीं कर सकता। मैं अपने मनसे बेमतलब और बेकारके खयालोंको पूरी तरह दूर नहीं रख सकता। इस हालतको पाने या इस तक पहुँचनेके लिये तो अनन्त धीरज, जागृति और तपश्चर्याकी ज़रूरत है।

“कल जब मैंने आपसे यह कहा था कि रामनामकी शक्तिका कोई पार नहीं है, तब मैं किसी आलंकारिक भाषामें नहीं बोल रहा था, बल्कि सचमुच यही कहना भी चाहता था। मगर इस चीजको महसूस करनेके लिये बिल्कुल शुद्ध और पवित्र हृदयसे रामनामका निकलना ज़रूरी है। मैं खुद इस हालतको पानेकी कोशिशमें लगा हुआ हूँ। मेरे दिलमें तो इसकी अंक तस्वीर खिच गयी है, लेकिन मैं इसे पूरी तरह अमलमें

नहीं ला सका हूँ। जब वह हालत पैदा हो जायगी, तब तो रामनाम रटना भी जरूरी न रह जायगा।*

“मुझे अुम्मीद है कि मेरी गैरहाजिरीमें भी आप अपने घरोंमें अलग-अलग और अेक साथ बैठकर रामनाम लेते रहेंगे। सबके साथ मिलकर, सामूहिक रूपमें, प्रार्थना करनेका रहस्य यह है कि अुसका अेक-दूसरे पर जो शान्त प्रभाव पडता है, वह आध्यात्मिक अुन्नतिकी राहमें मददगार हो सकता है।”

—नयी दिल्ली, २६-५-'४६

रामनाम जैसा कोअी जादू नहीं

आजकी प्रार्थना-सभामें गाधीजीने कहा “रामनाम सिर्फ कुछ खास आदमियोंके लिये ही नहीं है, वह सबके लिये है। जो रामका नाम लेता है, वह अपने लिये अेक भारी खजाना जमा करता जाता है। और यह तो अेक अैसा खजाना है, जो कभी खूटता ही नहीं। जितना अिसमें से निकालो, अुतना बढता ही जाता है। अिसका अन्त ही नहीं है। और जैसा कि अपनिषद् कहता है ‘पूर्णमें से पूर्ण निकालो, तो पूर्ण ही बाकी रहता है’, वैसे ही रामनाम तमाम बीमारियोंका अेक शक्तिया अिलाज है, फिर चाहे वे शारीरिक हों, मानसिक हों, या आध्यात्मिक हों।

“लेकिन शर्त यह है कि रामनाम दिलसे निकले। क्या बुरे विचार आपके मनमें आते हैं? क्या काम या लोभ आपको सताते हैं? अगर अैसा है तो रामनाम जैसा कोअी जादू नहीं।” और अुन्होंने अपना मतलब अेक मिसाल देकर समझाया “फर्ज कीजिये कि आपके मनमें यह लालच पैदा होता है कि बगैर मेहनत किये, बेअीमानीके तरीकेसे, आप लाखों रुपये कमा लें। लेकिन अगर आपको रामनाम पर श्रद्धा है, तो आप सोचेंगे कि अपने बीबी-बच्चोंके लिये आप अैसी दौलत क्यों अिकटूठी करें जिसे वे शायद अुडा दे? अच्छे चाल-चलन और अच्छी तालीम और ट्रेनिंगके रूपमें अुनके

* मैं अपने जीवनमें अैसे समयकी जरूर आशा करता हूँ, जब रामनामका जप भी अेक श्कावट हो जायगा। जब मैं यह समझ लूंगा कि राम वाणीसे भी परे है, तब मुझे अुसका नाम दोहरानेकी जरूरत नहीं रह जायगी।

—यंग अिडिया, १४-८-'२४

लिअे अैसी विरासत क्यो न छोड जाय, जिससे वे अीमानदारी और मेहनतके साथ अपनी रोटी कमा सके ? आप यह सब सोचते तो है, लेकिन कर नही पाते। मगर रामनामका निरतर जप चलता रहे, तो अेक दिन वह आपके कण्ठसे हृदय तक अुतर आयेगा, और रामबाण अुपाय साबित होगा। वह आपके सब भ्रम मिटा देगा, आपके झूठे मोह और अज्ञानको छुडा देगा। तब आप समझ जायगे कि आप कितने पागल थे, जो अपने बाल-बच्चोके लिअे करोडोकी अिच्छा करते थे, बजाय असके कि अुन्हें रामनामका वह खजाना देते, जिसकी कीमत कोअी पा नही सकता, जो हमें भटकने नही देता, जो मुक्तिदाता है। और आप खुशीसे फूले नही समायेगे। आप अपने बाल-बच्चोसे और अपनी पत्नीसे कहेंगे 'मैं करोडो कमाने गया था, मगर वह कमाना तो भूल गया। दूसरे करोड लाया हू।' वे पूछेंगे 'कहा है वह हीरा, जरा देखे तो।' जवाबमें आपकी आखे हसेगी, मुह हसेगा और धीरेसे आप जवाब देंगे 'जो करोडोका पति है, अुसे हृदयमें रखकर लाया हू। तुम भी चैनसे रहोगे, मैं भी चैनसे रहूंगा।''

—मसूरी, ८-६-'४६

सारी प्रार्थनाओका सार

शामकी प्रार्थनाके बादके अपने भाषणमें गांधीजीने कहा मैं आशा करता हू कि आप अपने घरमें सुबह-शाम नियमसे प्रार्थना करेंगे। अगर आप न चाहे तो आपके लिअे सस्कृत श्लोक सीखना कोअी जरूरी नही। रामधुन ही काफी है। सारी प्रार्थनाओका सार यही है कि आप अपने दिलोमें अीश्वरको बसा ले। अगर आप असमें सफल हो जाय, तो आपका, समाजका और सारी दुनियाका भला होगा।

—मसूरी, ८-६-'४६

सरासर धोखा

रामका नाम लेना और रावणका काम करना निकम्मीसे निकम्मी चीज है। हम अपने-आपको धोखा दे सकते है, सारी दुनियाको धोखा दे सकते है, लेकिन रामको धोखा नही दे सकते।

—नयी दिल्ली, १८-६-'४६

श्रीश्वरके नामका अमृत

प्रार्थनामें गाये हुअे मीराबाओके भजनकी व्याख्या करते हुअे गाधीजीने कहा अिस भजनमें भक्त आत्मासे जी भरकर श्रीश्वर-नामका अमृत पीनेको कहता है। मामूली खान-पानसे आदमीका दिल बूब जाता है और जरूरतसे ज्यादा खाने-पीनेसे बीमारी होती है। लेकिन श्रीश्वर-नामके अमृतकी ऐसी कोअी सीमा नहीं है। आदमी जितना ज्यादा अुसे पीता है, अुतनी ही अुसके लिअे अुसकी प्यास बढती है—लेकिन वह हृदयमें गहरा पैठ जाना चाहिये। जब ऐसा होता है तब हमारा सारा भ्रम और आसक्ति, सारी वासना और द्वेष दूर हो जाते हैं। शर्त यही है कि हम अिस कोशिशमें लगे रहे और धीरज रखे। अैसे प्रयत्नका अनिवार्य नतीजा सफलता है।

—नअी दिल्ली, १८-६-'४६

श्रद्धाका चमत्कार

आजकी प्रार्थना-सभामें गाधीजीने कहा “प्रार्थनामें श्रद्धा रखनेवालेके लिअे निराशा नामकी कोअी चीज नहीं होनी चाहिये, क्योकि वह जानता है कि समय अुस सर्वशक्तिमान भगवानके हाथमें है। वही समय पर सब कुछ करता है। अिसलिअे भक्त हमेशा श्रद्धा और धीरजके साथ किसी भी कामके होनेका रास्ता देखता है।”

गजेन्द्र-मोक्षकी कथा पर टीका करते हुअे अुन्होंने कहा “अिस कथाका निचोड यह है कि परीक्षाके समय श्रीश्वर हमेशा अपने भक्तकी मदद करता है। शर्त यही है कि अुस पर मनुष्यकी जीती-जागती श्रद्धा हो और अुसीका मनुष्य आसरा ले। श्रद्धाकी कसौटी यह है कि अपना फर्ज अदा करनेके बाद अुसका जो कुछ भी भला या बुरा नतीजा हो अुसे मनुष्य मान ले। सुख आये या दुख, अुसके लिअे दोनों बराबर होने चाहिये। जनक राजाके बारेमें कहा जाता है कि अेक बार अुन्हे किसीने आकर कहा ‘महाराज! आपकी राजधानी मिथिला जल रही है।’ अुन्होंने जवाब दिया ‘मिथिलाया प्रदग्धाया न मे दह्यति कश्चन’—मिथिलाको आग लगी है तो मुझे अुससे क्या? अुनके अिस धीरज और शान्तिका रहस्य यह था कि वे हमेशा जाग्रत रहते थे, हमेशा अपना फर्ज अदा करते थे। अिसलिअे बाकी सब कुछ वे श्रीश्वर पर छोड सकते थे।

“तो आप यह जान ले कि पहले तो श्रीश्वर अपने भक्तको मुसीबतोंसे बचा ही लेता है, और अगर मुसीबत आ ही पड़े, तो भक्त शान्तिसे श्रीश्वरकी मरजीके सामने सिर झुकाकर खुशी-खुशी उसे सह लेता है।”

— नजी दिल्ली, २०-६-'४६

रामनामका महत्त्व

आजकी प्रार्थना-सभामे गांधीजीने पूछा “क्या मैं एक नजी किस्मके अन्ध-विश्वासका प्रचार कर रहा हूँ ? श्रीश्वर कोजी व्यक्ति नहीं। वह सब जगह मौजूद है और सर्वशक्तिमान है। जो भी कोजी उसे अपने दिलमे जगह देता है, वह ऐसी अजीब आशाओं और अुमगोसे भर जाता है, जिनकी ताकतका मुकाबला भाप और बिजलीकी ताकतसे नहीं किया जा सकता। वह ताकत तो उससे भी ज्यादा सूक्ष्म होती है। रामनाम कोजी जादू-टोना नहीं है। वह तो अपने समूचे अर्थके साथ ही लिया जाना चाहिये। रामनाम गणितका एक ऐसा सूत्र या फॉर्मूला है, जो थोडेमे बेहिसाब खोज और तजरबे (प्रयोग) को जाहिर कर देता है। सिर्फ मुहसे रामनाम रटनेसे कोजी ताकत नहीं मिलती। ताकत पानेके लिये यह जरूरी है कि सोच-समझ-कर नाम जपा जाय और जपकी शर्तोंका पालन करते हुअे जिन्दगी बितायी जाय। श्रीश्वरका नाम लेनेके लिये मनुष्यको श्रीश्वरमय या खुदाकी जिन्दगी बितानी चाहिये।”

— पूना, २-७-'४६

भीतरी और बाहरी सफाई

आजकी प्रार्थना-सभामे गांधीजीने हरिजन-बस्तीके आसपासकी गन्दगीका जिक्र किया, जिसमे वे रहते थे। अन्होंने कहा “यहा मैं एक ओवर-सीयरके मकानमे रहता हूँ। मेरी समझमे नहीं आता कि क्यो ये ओवर-सीयर और यहाकी सफाईका अिन्तजाम करनेवाले यानी म्युनिसिपैलिटी और पी० डब्ल्यू० डी० के लोग अिस सारी गन्दगीको बरदाश्त करते हैं। मेरे यहा आने और रहनेसे फायदा ही क्या, अगर मैं अिस जगहको साफ और स्वास्थ्यप्रद बनानेके लिये अुन्हे समझा न सकूँ ?

है। लेकिन मेरा यह भी विश्वास है कि रामनाम ही सारी बीमारियोंका सबसे बड़ा अिलाज है। इसलिये वह सारे अिलाजोंसे ऊपर है। चारो तरफसे मुझे घेरनेवाली आगकी लपटोंके बीच तो भगवानमे जीती-जागती श्रद्धाकी मुझे सबसे बड़ी जरूरत है। वही लोगोंको इस आगको बुझानेकी शक्ति दे सकता है। अगर भगवानको मुझसे काम लेना होगा, तो वह मुझे जिन्दा रखेगा, वर्ना मुझे अपने पास बुला लेगा।

“आपने अभी जो भजन सुना है, उसमे कविने मनुष्यको कभी रामनाम न भूलनेका उपदेश दिया है। भगवान ही मनुष्यका एक आसरा है। इसलिये आजके सकटमे मैं अपने-आपको पूरी तरह भगवानके भरोसे छोड़ देना चाहता हूँ और शरीरकी बीमारीके लिये किसी तरहकी डॉक्टरोंकी मदद नहीं लेना चाहता।”

— नजी दिल्ली, १८-१०-'४७

४२

रोजके विचार

बीमारी मात्र मनुष्यके लिये शर्मकी बात होनी चाहिये। बीमारी किसी भी दोषकी सूचक है। जिसका तन और मन सर्वथा स्वस्थ है, उसे बीमारी होनी ही नहीं चाहिये।

— सेवाग्राम, २६-१२-'४४

विकारी विचार भी बीमारीकी निशानी है। इसलिये हम सब विकारी विचारसे बचते रहे।

— सेवाग्राम, २७-१२-'४४

विकारी विचारसे बचनेका एक अमोघ उपाय रामनाम है। नाम कठसे ही नहीं, किन्तु हृदयसे निकलना चाहिये।

— सेवाग्राम, २८-१२-'४४

व्याधि अनेक है, वैद्य अनेक है, उपचार भी अनेक है। अगर सारी व्याधिको एक ही माने और उसका मिटानेहारा वैद्य एक राम ही है असा समझे, तो हम बहुत-सी झझटोंसे बच जाय।

— सेवाग्राम, २९-१२-'४४

आश्चर्य है कि वैद्य मरते हैं, डॉक्टर मरते हैं, फिर भी उनके पीछे हम भटकते हैं। लेकिन जो राम मरता नहीं है, हमेशा जिन्दा रहता है और अचूक वैद्य है, उसे हम भूल जाते हैं।

— सेवाग्राम, ३०-१२-’४४

अससे भी ज्यादा आश्चर्य यह है कि हम जानते हैं कि हम भी मरने-वाले तो हैं ही, बहुत करे तो वैद्यादिकी दवासे शायद हम थोड़े दिन और काट सकते हैं और असलिये ख्वाब होते हैं।

— सेवाग्राम, ३१-१२-’४४

अिसी तरह बूढ़े, बच्चे, जवान, धनिक, गरीब, सबको मरने हुअे पाते हैं, तो भी हम सत्तापसे बैठना नहीं चाहते और थोड़े दिन जीनेके लिये रामको छोड़ सब प्रयत्न करते हैं।

— सेवाग्राम, १-१-’४५

कैसा अच्छा हो कि अितना समझकर हम रामके भरोसे रहकर जो भी व्याधि आवे, उसे बरदाश्त करे और अपना जीवन आनन्दमय बनाकर व्यतीत करे।

— सेवाग्राम, २-१-’४५

अगर धार्मिक माना जानेवाला मनुष्य रोगसे दुःखी हो, तो समझना चाहिये कि उसमे किसी-न-किसी चीजकी कमी है।

— सेवाग्राम, २२-४-’४५

अगर लाख प्रयत्न करने पर भी मनुष्यका मन अपवित्र रहे, तो रामनाम ही उसका अेकमात्र आधार होना चाहिये।

— मद्रासके नजदीक पहुचते हुअे, २१-१-’४६

मैं जितना ज्यादा विचार करता हूँ, अुतना ही ज्यादा यह महसूस करता हूँ कि ज्ञानके साथ हृदयसे लिया हुआ रामनाम सारी बीमारियोंकी रामबाण दवा है।

— अुरुळी, २२-३-’४६

आसक्ति, घृणा बगैरा भी रोग है और वे शारीरिक रोगोंसे ज्यादा बुरे हैं। रामनामके सिवा अुनका कोअी अिलाज नहीं है।

अुरुळी, २३-३-’४६

मनकी गन्दगी शरीरकी गन्दगीसे ज्यादा खतरनाक है, बाहरी गन्दगी आखिरकार भीतरी गन्दगीकी ही निशानी है।

— अरुळी, २४-३-’४६

अश्वरकी शरणमे जानेसे किसीको जो आनन्द और सुख मिलता है, अुसका कौन वर्णन कर सकता है?

— अरुळी, २५-३-’४६

रामनाम अुन्हीकी मदद करता है, जो अुसे जपनेकी शर्ते पूरी करते हैं।

— नजी दिल्ली, ८-४-’४६

रामनाम जपके साथ-साथ अगर रामके योग्य सेवा न की जाय, तो वह व्यर्थ जाता है।

— नजी दिल्ली, २१-४-’४६

बीमारीसे जितनी मौते नहीं होती, अुससे ज्यादा बीमारीके डरसे हो जाती है।

— शिमला, ७-५-’४६

तीन तरहके रोगोके लिये रामनाम ही यकीनी अिलाज है।

— नजी दिल्ली, २४-५-’४६

जो रामनामका आसरा लेता है, अुसकी सारी अिच्छाअे पूरी होती हैं।

— नजी दिल्ली, २५-५-’४६

अगर कोअी रामनामका अमृत पीना चाहता है, तो यह जरूरी है कि वह काम, क्रोध वगैराको अपने पाससे भगा दे।

— नजी दिल्ली, २०-६-’४६

जब सब कुछ अच्छा होता है, तब तो सब कोअी अीश्वरका नाम लेते ही हैं, लेकिन सच्चा भक्त तो वही है, जो सब कुछ बिगड जाने पर भी अीश्वरको याद करता है।

— बम्बयी, ६-७-’४६

रामनामका रसायन आत्माको आनन्द देता है और शरीरके रोग मिटाता है।

— पूना, ९-७-’४६

४३ दो पत्र

१

यरवडा मन्दिर
१२-११-१९३०

प्रिय

शरीरकी तन्दुरुस्तीके लिये तुम्हें कटिस्नान और सूर्यस्नान लेना चाहिये। और मनकी शान्तिके लिये रामनाम सबसे बढ़िया अिलाज है। जब कोअी विकार तुम्हें तकलीफ दे, तब अपने आप पर सयम रखो। अीश्वरके प्रकाशमें चलनेका अेक ही रास्ता है, और वह है अुसकी पैदा की हुअी सृष्टिकी सेवा करना। अीश्वरकी कृपा या प्रकाशका अिससे दूसरा कोअी अर्थ ही नहीं है।

बापूके आशीर्वाद

२

सेवाग्राम,
९-१-१९४५

प्रिय

तुम्हारा पत्र मिला। तुम अच्छे होते हो या नहीं — अिसकी क्या परवाह है? हम जितना ज्यादा अीश्वर पर आधार रखेंगे, अुतनी ही ज्यादा मानसिक शान्ति हमें मिलेगी। बेशक, वैद्य और -डॉक्टर तो हैं ही, लेकिन वे हमें अीश्वरसे बहुत दूर ले जाते हैं। अिसीलिये मैंने तुम्हें वहा भोजना ज्यादा पसन्द किया। कुदरती अिलाज हमें अीश्वरके ज्यादा नजदीक ले जाता है। अगर हम अुसके बिना भी काम चला सके, तो मैं अुसका कोअी विरोध नहीं करूंगा। लेकिन अुपवाससे हम क्यों डरे या शुद्ध हवासे क्यों बचे? कुदरती अिलाजका मतलब है कुदरत — अीश्वर — के ज्यादा नजदीक जाना। देखें मैं अिसमें कितना सफल होता हूँ। मैं सचमुच शक्तिसे बाहर काम नहीं करूंगा।

बापूके आशीर्वाद

६९

परिशिष्ट

सच्चा डॉक्टर राम ही है

नोआखालीमे आमकी नामका एक गाव है। वहा बापूजीके लिये बकरीका दूध कही न मिल सका। सब तरफ तलाश करते-करते जब मैं थक गयी, तब आखिर मैंने बापूको यह बात बतायी। बापूजी कहने लगे “तो उसमे क्या हुआ? नारियलका दूध बकरीके दूधकी जगह अच्छी तरह काम दे सकता है। और बकरीके घीके बजाय हम नारियलका ताजा तेल निकालकर खायेगे।”

असके बाद नारियलका दूध और तेल निकालनेका तरीका बापूने मुझे बताया। मैंने निकालकर अन्हें दिया। बापूजी बकरीका दूध हमेशा आठ औंस लेते थे, उसी तरह नारियलका दूध भी आठ औंस लिया। लेकिन हजम करनेमे बहुत भारी पडा और उससे अन्हें दस्त होने लगे। अिससे शाम तक बापूको अितनी कमजोरी आ गयी कि बाहरसे झोपडीमे आते-आते अन्हें चक्कर आ गये।

जब-जब बापूको चक्कर आनेवाले होते, तब-तब अुनके चित्त पहले ही दिखायी देने लगते थे। अन्हें बहुत ज्यादा जभाअिया आती, पसीना आता, और कभी-कभी वे आखे भी फेर लेते थे। अिस तरह अुनके जभाअिया लेनेसे चक्कर आनेकी सूचना तो मुझे पहले ही मिल चुकी थी। मगर मैं सोच रही थी कि अब बिछौना चार ही फुट तो रहा, वहा तक तो बापूजी पहुच ही जायेगे। लेकिन मेरा अन्दाज गलत निकला। और मेरे सहारे चलते-चलते ही बापूजी लडखडाने लगे। मैंने सावधानीसे अुनका सिर सभाल रखा और निर्मलबाबूको जोरसे पुकारा। वे आये और हम दोनोने मिलकर अन्हें बिछौने पर सुला दिया। फिर मैंने सोचा — ‘कही बापू ज्यादा बीमार हो गये, तो लोग मुझे मूर्ख कहेंगे। पासके देहातमे ही सुशीलाबहन है। अन्हें न बुलवा लू?’ मैंने चिट्ठी लिखी और भिजवानेके लिये निर्मलबाबूके हाथमे दी ही थी कि अितनेमे बापूको होश आया और मुझे पुकारा “मनुडी!”

(बापूजी जब लाडसे बुलाते थे, तो मुझे मनुडी कहते थे।) मैं पास गयी तो कहने लगे — “तुमने निर्मलबाबूको आवाज लगाकर बुलाया, यह मुझे बिल्कुल नहीं रुचा। तुम अभी बच्ची हो, जिसलिये मैं तुम्हें माफ तो कर सकता हूँ। परन्तु तुमसे मेरी अुम्मीद तो यही है कि तुम और कुछ न करके सिर्फ सच्चे दिलसे रामनाम लेती रहो। मैं अपने मनमें तो रामनाम ले ही रहा था। पर तुम भी निर्मलबाबूको बुलानेके बजाय रामनाम शुरू कर देती, तो मुझे बहुत अच्छा लगता। अब देखो यह बात सुशीलासे न कहना, और न उसे चिट्ठी लिखकर बुलाना। क्योंकि मेरा सच्चा डॉक्टर तो राम ही है। जहा तक उसे मुझसे काम लेना होगा, वहा तक मुझे जिलायेगा, और नहीं तो अुठा लेगा।”

‘सुशीलाको न बुलाना’ यह सुनते ही मैं काप अुठी और मैंने तुरत निर्मलबाबूके हाथसे चिट्ठी छीन ली। चिट्ठी फट गयी। बापूने पूछा — “क्यो, तुमने चिट्ठी लिख भी डाली थी न ?” मैंने लाचारीसे मजूर किया। तब कहने लगे — “आज तुम्हें और मुझे अीश्वरने बचा लिया। यह चिट्ठी पढकर सुशीला अपना काम छोडकर मेरे पास दौडी आती, वह मुझे बिल्कुल पसन्द न आता। मुझे तुमसे और अपने आपसे चिड होती। आज मेरी कसौटी हुयी। अगर रामनामका मन्त्र मेरे दिलमें पूरा-पूरा रम जायगा, तो मैं कभी बीमार होकर नहीं मरूंगा। यह नियम सिर्फ मेरे लिये ही नहीं, सबके लिये है। हरअेक आदमीको अपनी भूलका नतीजा भोगना ही पडता है। मुझे जो दुख भोगना पडा, वह मेरी किसी भूलका ही परिणाम होगा। फिर भी आखिरी दम तक रामनामका ही स्मरण होना चाहिये। वह भी तोतेकी तरह नहीं, बल्कि सच्चे दिलसे लिया जाना चाहिये। रामायणमें अेक कथा है कि हनुमानजीको जब सीताजीने मोतीकी माला दी, तो अुन्होंने अुसे तोड डाला, क्योकि अुन्हे देखना था कि अुसमें रामका नाम है या नहीं। यह बात सच है या नहीं, अुसकी फिकर हम क्यो करे ? हमें तो अितना ही सीखना है कि हनुमानजी जैसा पहाडी शरीर हम अपना न भी बना सके, फिर भी अुनके जैसी आत्मा तो जरूर बना सकते हैं। अिस अुदाहरणको यदि आदमी चाहे तो सिद्ध कर सकता है। हो सकता है कि वह न भी सिद्ध कर पाये। लेकिन यदि सिद्ध करनेकी कोशिश ही करे, तो भी काफी है। गीता माताने कहा ही है कि मनुष्यको कोशिश करनी

चाहिये और फल अश्वरके हाथमें छोड़ देना चाहिये। जिसलिये तुम्हें, मुझे और सबको कोशिश तो करनी ही चाहिये। अब तुम समझी न कि मेरी, तुम्हारी या किसीकी बीमारीके विषयमें मेरी क्या धारणा है? ”

अुसी दिन अेक बीमार बहनको पत्र लिखते हुअे भी बापूने यही बात लिखी — “संसारमें अगर कोअी अचूक दवाअी हो तो वह रामनाम है। जिस नामके रटनेवालोंको जिसका अधिकार प्राप्त करनेके लिये जिन-जिन नियमोंका पालन करना चाहिये, उन सबका वे पालन करें। मगर यह रामबाण अिलाज करनेकी हम सबमें योग्यता कहां है? ”

(मेरी रोजकी नोआखालीकी डायरीमें से)

अूपरकी घटना ३० जनवरी, १९४७ के दिन घटी थी। बापूकी मृत्युसे ठीक अेक साल पहले।

रामनाम परकी अनुकी यह श्रद्धा आखिरी क्षण तक अचल रही। १९४७ की ३० वीं जनवरीको यह मधुर घटना घटी; और १९४८ की ३० वीं जनवरीको बापूने मुझसे कहा कि ‘आखिरी दम तक हमें रामनाम रटते रहना चाहिये।’ जिस तरह आखिरी वक्त भी दो बार बापूके मुंहसे ‘रा . . . म! रा . . . म!’ सुनना मेरे ही भाग्यमें बदा होगा, जिसकी मुझे क्या कल्पना थी? अश्वरकी गति कैसी गहन है!

(‘बापू — मेरी मां ’ से)

सूची

अल्लाह —के नामसे भगवानको
पहचानना ३१, —यानी राम-
नाम, खुदा, गाँड, २५,
—राम व गाँड अेकार्थक
७, —वही जो गाँड व ओश्वर
है १४

अस्पताल ४१, —पर गाधीजीकी
सम्मति ३०
आतरिक शाति, प्रार्थना बिना नही
मिलती १०

आत्मा ५१, —अमर है, शरीर
नही २५

आयुर्वेद २६, ३६, ४२, —और
कुदरती अिलाज २६, ३६

ऑपरेशन और रामनाम ४७

अिन्फेण्टाइल पैरेलिसिस ३३

ओश्वर —अेक शक्ति है २३,

—और अुसका कायदा २६,

—का दर्शन, अपने अन्दर ३४;

—का सच्चा भक्त ६८,

—के अनेक नाम २५, २७,

—के हजार नाम २७, ५३,

—मनुष्य नही २२, —वैद्य

भी है ३३

ओसा १४

अुपवास और प्रार्थना ३०

अुरुळीकाचन २३, ३७-४०, ५६

कटिस्तान ३७, ६९, —बाहरी
मददके रूपमे ६

किशोरलाल मगरूवाला ५४

कुदरत —के नियम ४४-४५;

—के कानूनोका पालन ४७,

—के साथ मेल साधकर रहना
५७

कुदरती अिलाज (अुपचार) २४-

२५, २९-३०, ३५-३६, ३८-

४२, ४६, —का जरूरी

हिस्सा पथ्य परहेज ४१,

—की गाधीजीकी कल्पना २४,

—की हद पाच महाभूतोका

असल अुपयोग ३६, —के

दो पहलू ४०, —गारीबोके

लिअे ४१, —पर गाधीजीके

विचार ३१, ४०-४१, —मे

मसाले और पाक वगैराका

स्थान ३६

कुने ३१, ४३

क्रिश्चियन साबिन्टिस्ट ३४,
 —सायन्स ३३, ४७
 क्नेअिप, फादर ४३
 गणेशशास्त्री जोशी, वैद्यराज २६
 गांधीजी ५५-६६; —और गरीबोंके
 लिअे कुदरती अिलाज ३१,
 —का अच्छा हिन्दू, मुसलमान
 और आसाही होनेका दावा
 ५३, —का अुस्लीकाचनमे
 बीमारोको रामनामके साथ
 अिलाज सुझाना ३८, —का
 भूतप्रेतसे डरना ३, —का
 सनातनी हिन्दू होनेका दावा
 ५३, —का विचारो पर
 पूरा-पूरा काबू न होना कबूल
 करना ४, —की 'करो या
 मरो' की प्रतिज्ञा ५४, —की
 बीमारीके विषयमे धारणा ७२,
 —की नव्तर लगवानेकी तैयारी
 अुनके मनकी दुर्बलता ४,
 —कुदरती अिलाजके पक्के
 हिमायती ३१, —पूर्णताके
 साधकमात्र ४, —मूर्तिपूजको-
 की अुतनी ही अिज्जत करने-
 वाले २२, —मूर्तियोंको नही
 मानते २२
 गोमतीबहन ५४
 चरक २६, २७, २९, ३३, ३५

जतर-मतर और रामनाम १६
 जुस्ट ३१, ४३
 तुलसीदास १९, २१, २३, २८
 दीनशा मेहता, डॉ० ६५
 दूध —गायका, खानेमे आरोग्यप्रद
 ४०, —मरीजोंके लिअे अुप-
 योगी ४०, —पैदा करना
 कुदरती अिलाजका खास अग
 ४२, —मेहतके लिअे बहुत
 ज्यादा जरूरी ४०
 धर्म ३, —मलमे सब अेक है २१,
 —सबधी गांधीजीका मत ३,
 ३८
 नियम —कुदरतके ३५, ४४-४५,
 —ब्रह्मचर्यकी रक्षाके २३,
 —सफाअीके ३१, —स्वास्थ्यकी
 हिफाजतके ४४
 निर्मलबाबू ७०, ७१
 'न्यू सायन्स ऑफ हीलिंग' ३१
 पच (पाच) महाभूत ३४, ३६,
 ३८, ४२, ४५
 प्राकृतिक अुपचारक २९
 प्रार्थना १०, ६२, ६३, —के बिना
 आतरिक शांति नही १०,
 —प्रवचन ५६-६६, —मे श्रद्धा
 रखनेवाला निराश नही होता
 ६३, —सामूहिक रूपमे ६१
 पिअरे सेरेसोल ११

फेथ-हीलर ३४
 फौजी ताकतका दिवालियापन १३
 बच्चोके प्रति मा-बापकी जिम्मे-
 दारी ३५
 'बाक' ११
 बीमारी ४०, ६२, —आ ही नहीं
 सकती, जहा विचार शुद्ध
 हो ४७, —को रोकना
 अिलाजसे बेहतर ३१, —तन
 और मनकी ३८, —हहानी
 १९
 ब्रह्मचर्य ५, २२, —का अर्थ जनने-
 न्द्रिय पर काबू पाना २४,
 —का साधन ५, —सिद्ध
 करनेके अुपाय ६
 भगवान —की कृपा ५९, —निरा-
 धारका आधार है १०
 महादेवभाजी ४४
 मानसिक अुपचार ३२
 युक्ताहार ३५, ४२, —और
 मिताहार, ३५, ४४
 रभा, गाधीजीकी धाय ३, २८
 राम —और रावण भलाजी और
 बुराजीके प्रतीक ५४,
 —कौन? १९, —गाधीजीके
 १८, १९, २०-२२
 रामकृष्ण २८, —परमहंस (अेक
 अवतार) ४४

रामधुन १३, २०, ३७, ५६, —की
 ताकत फौजी ताकतसे अलग
 और कभी गुना बढी-चढी
 १३, —मे गैर हिन्दुओका
 भाग १८
 रामनाम १२, —आदमीको खुद
 ही अपना वैद्य या डॉक्टर
 बना देता है २०, —और
 जतर-मतर १६, —और
 विश्वास-चिकित्सा ४५, —के
 प्रति नौजवानोकी भावना ३२-
 ३५, —जतर-मतर या जादू-
 टोना नहीं २९, —जैसी
 शांति प्रदान करनेवाली
 कोभी शक्ति नहीं ३८,
 —डरको भगानेवाला अमोघ
 मन्त्र २७, —नीतिरक्षाका
 अुपाय ४-६, —बढियासे
 बढिया कुदरती दवा ३७,
 —मे गाधीजीकी अत्यंत श्रद्धा
 ५०, —यकीनी अिमदाद १५,
 —रामबाण अिलाज २५,
 —शारीरिक रोगोको दूर
 करनेका सबसे बढिया अिलाज
 ३२, —सिर्फ हिन्दुओके लिअे
 ही नहीं १८
 रामायण ३, ४, २८
 'रिटर्न टु नेचर' ३१
 लाधा महाराज ३, ४

लोथियन, लॉर्ड ३३, ३४
 वल्लभराम वैद्य ३६
 वाग्भट २६, २९
 विद्यार्थी ९, —भगवानसे सहायता
 मागे ९
 विलकिनसन १२
 शकरन् ५४
 शरीर —अश्वरकी सेवा करनेका
 अंक जरिया ५९, —का
 आत्मासे सबध ४-५, —की
 वीमारिया २९, ६४, —पाच
 तत्वोसे बना ३८, —भौतिक
 ३९, ५८, —अश्वरका
 मंदिर ३९

श्रद्धा ३३, ४५, —का चमत्कार
 ६३, —का दिवाला २८;
 —बनाम विद्वत्ता ७, —राम-
 नाम पर ६१, —से रोग दूर
 होना ३३
 'सर्वरोगहारी' २६
 सयम —विषयेन्द्रियका ५, —स्वादे-
 न्द्रियका ५
 साजिको-थेरेपिस्ट ३४
 सुशीला (बहन), डॉ० ६५, ७०,
 ७१
 सूर्यस्नान ३७, ६९